

ماہنامہ

کراچی

# روحانی ڈائجسٹ

مارچ ۲۰۱۷ء

37  
04

روحانی ڈائجسٹ

مارچ ۲۰۱۷ء

قیمت 75 روپے

انجمن لوگوں نے اللہ کے سوا اور کارساز مقرر کر رکھے ہیں ان کی مثال مکاری  
کی سی ہے کہ وہ بھی ایک گھر بنا لیتی ہے، حالانکہ تمام گھروں سے زیادہ گھر  
مکاری کا گھر ہی ہے، کاش وہ جان لیتے۔ (القرآن)

WWW.PAKSOCIETY.COM





پیشہ تیز ادب بڑا کریم ہے جس نے علم سکھایا قلم سے  
پیغمبرانہ تعلیمات، روحانی و سائنسی علوم اور نظریہ رنگ و نور کا نقیب

جلد: 37 شمارہ: 4

مارچ 2015ء / جمادی الاول 1436ھ

فی شمارہ: 75 روپے

کراچی

ماہنامہ

پیشہ تیز ادب

ممبر اقبال پاکستان میگزین سوسائٹی

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بہرہ، جسے ایک) ... سالانہ 800 روپے  
بیرون پاکستان کے لیے ... سالانہ 70 امریکی ڈالر

خط کتابت کا پتہ

7-D-1-1، ٹیڑھ آباد، کراچی 74600

پوسٹ آفس 2213

فون نمبر: 021-36685469

فیکس: 021-36606329

ای میل فیکس بک ویب سائٹ

roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

facebook.com-roohanidigest

www.roohanidigest.net

سرپرست اعلیٰ:

ابداً الْحَيُّ قَلْبُهُ دُرٌّ بَابُ الْوَلِيِّ

چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی

ٹیچنگ ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

بی ایف ایف۔ راجہ جیو جی جی

اعزاز فی مہمان

سہیل احمد

پبلشر، ایڈیٹر، ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، ماسٹر: روحانی ڈائجسٹ پرنٹر

7-D-1-1، ٹیڑھ آباد، کراچی 74600

Copied From Web



67



76



35



### اس ماہ بطور خاص.....

روحانی طبیبہ و طالبات مذاکس بہنوں اور بیٹیوں کے لیے  
مشالی کروار.....

احمد بن شہزاد ..... 31

ہم سفر.....

یہ آہانی رسکن یونڈاق ایک مختصر انگریزی آہانی  
The Eyes Have It (آنکھیں یہ ہیں) کا ترجمہ ہے۔

ترجمہ: یعقوب جمیل ..... 67

دو گرز مسین.....

انسان اور گرد و منڈلاقی اپنی رنگ برنگ تمناؤں کی

ستیاں منہی میں لینے کے لیے بڑی تک و دو کرتا ہے مگر.....

لیو نالستانی ..... 76

عقل حیران ہے،

سائنس حنا موش ہے.....

ماسٹر ڈیس۔ محض جو آنے والا کچھ دیکھ سکا تھا

..... 59

ماسٹر فلنسیس

جدید طبی تحقیق کے مطابق طبیعت کو خوشگوار بنانے

کے لیے مراقبہ کا نسل ادویات سے زیادہ بہتر ہے۔

..... 15

یہاں خوش قسمتی دستیاب ہے.....

کوئی دست نشان ہے کہ آپ کے ہاتھ میں دولت

کی لکیر نہیں تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، اب پام

سرجری کی مدد سے آپ کی قسمت کی لکیریں آپ کی پسند

کے مطابق چھوٹی بڑی یا کم زیادہ کی جاسکتی ہیں۔

..... 35

قلبت سے نور تک

روڈ نوئمہ ایک نو مسلم صحافی کی روحانی سرگزشت

ہے۔ یہ سرگزشت تحریرہ نصف صدی سے ذوق و شوق

سے پڑھی جا رہی ہے۔ محمد اسد ..... 39



- لور الہی نور نبوت... اللہ اور اس کے رسول کا فرمان... خواجہ شمس الدین عظیمی 06...
- صدائے جس... اسلام اللہ کا قانون ہے جس میں عورت کو مسدئی حقوق دیے ہیں۔ خواجہ شمس الدین عظیمی 07...
- حق الیقین... کامیابی کی پہلی شرط ایمان اللہ دوسری شرط اچھے کاموں کی انجام دہی ہے۔ ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی 11...
- افسوس میں مدرسہ و حنا نقادے قسم تاکہ... کاشف رضا... 25 ..
- سول سوسائٹی کی جنت و جہنم.. مہمان کالم اور یا مقبول جان... 28..
- جیتی جیتی زندگی... زندگی کا ایک رخ یہ بھی ہے۔ آپ جیتی کہانیوں پر مشتمل سلسلہ... 91...

بہن کسی کا کمر اتو کبھی پورا پورا کمر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی تو کبھی چلنے پھرنے  
انسانوں کو پر اسرار گڑھے مٹوں سیکندوں میں گھر رہے ہیں...

- منسوب ہندی سے زندگی کو کامیاب بنائیں... محمد زید بیگ 103..
- مہنگائی کو دانش مندی سے فتاویٰ کریں!... مگر نیو خواتین کے لیے ندیم میڈا 107

99

میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں، میرے چاروں طرف بے فکر درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی  
نہ کسی شخص نے تادے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کھڑا غولہ ہل رہا ہے۔

- بڑے ہونے بچوں کے جذبات کو سمجھیے!... والدین کے لیے مشورے... کشمور کسمسول 109...
- کیسفر... اب مہلک مرض نہیں رہا، بروقت تشخیص سے علاج ممکن ہے... 121...

111

تو ذہنی تناؤ میں مبتلا ہونا فطری عمل ہے۔

- ڈپریشن... جڑی بوٹیوں سے دور کریں... محمد زین حنیف 131...

<p>ایکویس روٹل اور گلاب عربی مہارک تھنڈر یا پاؤڈر</p> <p>195</p> <p>روحانی و کشتاب ہر عربی مہارک نہ پورنس</p>	<p>پاکستان</p> <p>درائے سوات</p> <p>179</p> <p>جس کے سلاطین ایک جیل خوش رنگ آپ ہے</p>	<p>83</p> <p>پارس</p> <p>ایک لڑکی کی کہانی جسے روحانی راہوں پر چلنا تھا</p>
---	---	---



147

خواتین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بال گنے، لمبے اور چمکدار ہوں۔ بالوں کو بصورتی میں اچھی صحت کا بہت بڑا حصہ ہے۔  
نیہا جیال... 147

پچھلی کا استعمال اور لمبی عسر... جاپانیوں کی لمبی عمر کارازہ... 134...  
پیتا... غذائی اور طبی خواص کا حامل پھل... محمد احسن عباسی... 137

127

گھر میں پیش آنے والے زیادہ تر حادثات خطرناک نہیں ہوتے تاہم لاپرواہی برتنے کی صورت میں یہ حادثے شدید بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔

طوسی مشورے... گیس کے مہیاں و احتیاط اور غفلت... حکیم عادل اسمعیل... 151  
گھر کا معالج... لینے مسائل جن کا حل ہمارے گھر میں موجود ہے... 155...  
اشرف ہاشمی کے نوگے... روزمرہ زندگی میں کام آنے والے گھریلو نسخے... اشرف سلطانہ... 157  
کیفیات مسراقبہ... مراقبہ کے دوران مختلف کیفیات کا احوال... 163...  
قرآنی انسائیکلو پیڈیا... قرآنی الفاظ کی تشریحات... 169...

141

عام طور پر لوگ پودے کا معرّف صرف یہی کہتے ہیں کہ اسے سالن میں خوشبو کے لیے استعمال کیا جاتا ہے جبکہ پودے کو قدرت نے حیرت انگیز خصوصیات سے مالا مال کر رکھا ہے۔  
طلویہ دانش... 141

روحانی سوال و جواب... مراقبہ کیسے ہے... خواجہ شمس الدین عظیمی... 171  
خطبات عظیمی... خیالات دماغ میں سے نہیں آتے... خواجہ شمس الدین عظیمی... 173  
بچوں کا روحانی ڈائجسٹ... بچوں کے لیے کہانیاں، لطیفے اور پیمائیاں... نبیل عبّاسی... 183  
روحانی ڈاک... آپ کے مسائل کا حل ڈاکٹر و قریوسف عظیمی کے قلم سے... 203...

175

رضائی  
تنوع



115

صحت مند زندگی

بسم کے صحائف

ایڈریل  
کلینڈ  
159

انسانی جسم کی کہانی اس کی زندگی پر مبنی... زندگی میں بہتری لانے کا نام... مجسور رحیم قمر روحانی ڈائجسٹ سے منتخب تحریر





ہر آدمی یہ جانتا اور سمجھتا ہے کہ خاندان کے افراد جب تک مل جل کر یکجائی جذبات کے ساتھ رہتے ہیں ان کی ایک حیثیت ہوتی ہے، ان کی اپنی ایک آواز ہوتی ہے، ان کی ایک اجتماعی قوت ہوتی ہے۔ ملت اسلامیہ کی شیراز بندہ کی طرف قرآن ہمیں ان الفاظ میں متوجہ کرتا ہے۔

ترجمہ: ”اور تم سب مل کر اللہ کی رسی کو مضبوطی سے تھام لو اور تفرقہ مت ڈالو۔“ (آل عمران: 103)

اسلام انسانیت کی بقاء، معاشرے میں امن و سلامتی، اتحاد، اخوت اور بھائی چارے کا ضامن ہے۔ اس میں فرقہ پرستی کی کوئی گنجائش نہیں۔ قرآن ایک خاندان، ایک کنبہ کی طرح مسلمانوں کو ہدایت کرتا ہے کہ سب متحد ہو کر مضبوطی سے ساتھ اللہ کی رسی کو پکڑیں اور بکھر کر اپنی طاقت کو ختم نہ کریں۔ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں:

اجتماعی وحدت کو اللہ کی تائید حاصل ہوتی ہے، جو کوئی جماعت سے جدا ہو گا وہ ۷۰ وزخ میں جا گرے گا۔ (ترمذی)

اللہ تعالیٰ نے قرآن حکیم میں ایک مقام پر فرمایا:

”بیشک جن لوگوں نے (جداجد اراچیں نکال کر) اپنے دین کو پارہ پارہ کر دیا اور وہ (مختلف) فرقوں میں بٹ گئے، آپ کسی چیز میں ان کے (تعلق دار اور ذمہ دار) نہیں ہیں۔“ (سورہ انعام: 159)

اس آیت کریمہ میں حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو آگاہ کیا جا رہا ہے کہ ایسے لوگوں سے کوئی تعلق نہ رکھا جائے، جنہوں نے اپنے دین کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے اپنی جمعیت کا شیرازہ منتشر کر دیا۔





کوئی نظام اس ہی وقت نظام کا درجہ پاتا ہے جب اس کی بنیادیں مستحکم ہوں اور اس نظام کو چلانے والے اس کی حفاظت میں کمر بستہ رہیں۔

زمین پر آدم و حوا کے وجود کے ابتدائی مرحلہ سے لاکھوں سال بعد تک معاشرتی نظام قائم ہے۔ جیسے جیسے شعوری ارتقاء ہوتا رہا... معاشرے کی بنیادیں تو وہی ہیں لیکن ضرورت کے مطابق اصلاح و تجدید ہوتی رہی۔

آدم و حوا جنت سے جب زمین پر آئے تھے اسی وقت ستر پوشی کا نظام قائم ہو گیا تھا۔ زمین پر آدم و حوا کی نسل بڑھی تو زندہ رہنے کے وسائل کی پیداوار اور تقسیم کا عمل شروع ہوا۔ پھر یہ معاشرہ ایک عورت اور مرد کی حسن تدبیر سے خاندان، قبائل، قوم اور ملک کی صورت اختیار کرنا چلا گیا۔

زندہ رہنے اور حیوانات سے ممتاز ہونے کے لئے آدم نے (اپنے غم سے جو اسے یوم ازل میں منتقل ہو چکا تھا) قوانین بنائے۔ ہاتل، کاتیل، دونوں بھائیوں میں سے ایک بھائی نے جب اپنے باپ آدم کے بنائے ہوئے قانون کو ضد، ہٹ دھرمی اور اپنی انا سے توڑ ڈالا تو زمین پر پہلا قتل ہو یعنی قانون توڑنے کا پہلا رد عمل اولاد آدم کے سامنے قتل کی صورت میں ظاہر ہوا۔

آدم نے اپنے پیغمبرانہ غم کی روشنی میں انسانی نسل کے لئے جو معاشرتی قوانین ترتیب دیئے۔ اسی بنیاد پر اصلاحی کام شروع ہوا... مرد اور عورت دونوں کے حقوق کا تعین ہوا۔

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ چٹانک اور خود غرض لوگوں نے معاشرے میں قد غن لگا کی اور اصلاحی معاشرہ تخریبی معاشرہ بن گیا... مرد چونکہ اعصابی طور پر مضبوط تھا اس نے چالاک حکمت عملی کے تحت زور بازو سے ہر چیز کو اپنی ملکیت بنالیا۔ فطرت کا یہ قانون کہ ”مرد و عورت دونوں ایک دوسرے کے ساتھ اور لباس ہیں اور دونوں اسی طرح مساوات کے عمل میں شریک ہیں کہ ہر کوئی اپنا فرض پورا کرے اپنا حق حاصل



کرے کسی کے حق پر غاصبانہ قبضہ نہ کرے اور لہذا حق نہ چھوڑے۔“

پر عمل نہیں ہو سکا۔ چونکہ معاشرہ مرد اور عورت (دو یونٹ) کے بغیر کھل ہی ہی نہیں سکتا۔ اس لئے مرد نے پہلی ضرب عورت پر لگا کی اور وہ یہ بھی بھول گیا کہ.... ”مرد کی پیدائش اور تخلیق کے عمل میں مرد کے کردار کے مقابلے میں عورت کا کردار تین حصے زیادہ ہے۔“

جنسی غلبے نے آدم زاد کو حیوانات سے زیادہ مغلوب کر دیا۔ اور اس طرح.... عورت کو گھریلو استہمال کی ایک چیز سمجھا جانے لگا۔ بھیڑ بکریوں کی طرح اس کی خرید و فروخت ہونے لگی۔ مرنے والے مرد کے مال کے ساتھ عورت وراثت میں تقسیم ہو جاتی تھی۔ یورپ میں عورت کی وقعت اس حد تک کم تھی کہ وہ عورت کو انسان تسلیم کرنے پر تیار نہیں تھے۔ ہندوستان میں بیوی کو خاوند کے ساتھ سٹی کر دیا جاتا تھا۔ یعنی خاوند کے ساتھ زندہ جلا دینا عورت کا مقدر بنادیا گیا تھا.... وہی یورپ جو عورت کو انسان کا درجہ دینے پر تیار نہیں تھا.... انقلاب فرانس کے بعد وہاں اتنا ضرور ہوا کہ عورت کو مرد کی خادمہ تسلیم کر لیا گیا۔

زمانے کے شیب و فرائز کے ساتھ زمین پر فساد برپا ہوتا رہا اور آدم کا بیٹا زمین کو اجازت کے منصوبے بناتا رہا.... پھر حرم و حوس اور اقتدار کی بھٹی میں ایسے ایسے مہلک ہتھیار بنائے کہ زمین پر قتل و قتل کی بجائے آگ و خون کا بازار گرم ہو گیا.... اقتدار کی خواہش نے لاکھوں مردوں کو لقمۂ اجل بنا دیا۔ مرد کم ہو گئے تو عورتوں کی کثرت سے نئے نئے مسائل سامنے آئے۔ عورتیں پاگل ہو کر سر بازار آگئیں۔ زمین پر آدم کی نسل کم ہونے لگی تو مرد سر جوڑ کر بیٹھے اور عورت کو ایسی آزادی دی کہ معاشرہ مزید درہم برہم ہو گیا۔ غیر جانبدار سوچ بتاتی ہے کہ اس میں بھی مرد کی خود غرضی سے صرف نظر نہیں کیا جاسکتا۔

سوال یہ ہے کہ سب کچھ مرد ہی کیوں کرتے ہیں۔ کیا عورت میں عقل و شعور نہیں ہے۔ کیا عورت مرد کی ماں نہیں ہے۔ کیا وہ عضو معطل ہے؟

کسی بھی زمانے میں مرد نے اپنی طاقت، مضبوط اعصاب، شیطنت اور مکر و فریب سے عورت کو اقتدار میں اچھٹے برابر نہیں بٹھایا۔ اب جب کہ عورت کو حقوق دینے کی باتیں ہو رہی ہیں اور جسوات کے نام پر عدم مساوات کی تحریکیں چلائی جا رہی ہیں مادی چکا چوند میں معاشرے کو تباہی کی طرف دھکیلا جا رہا ہے یہ بھی زمین پر آباد پر امن لوگوں کے خلاف ایک سازش ہے۔

عورت اور مرد معاشرے کے دو اہم رکن ہیں جس طرح مرد کے بغیر کوئی معاشرہ قائم نہیں ہو سکتا وہی طرح معاشرے کے اہم ترین رکن عورت کو اگر الگ کر دیا جائے تو سارا کائناتی نظام درہم برہم ہو جائے گا۔

خالق کائنات نے جو تخلیق کرنے والوں میں بہترین خالق ہے۔ کائناتی معاشرے کو دو درخوں سے بنایا ہے اور بار بار پیغمبروں کے ذریعہ اس کی وضاحت کرائی ہے۔ عورت اور مرد دو درخوں کی تخلیق ہے۔ عورت اور مرد دونوں کے اپنے اپنے فرائض ہیں جب بھی ان فرائض منصبی کو کم و کثرت سمجھا جائے گا معاشرے میں ٹوٹ پھوٹ







جب کسی مسئلہ کو حل کرنے کے لئے ڈانڈے ملائے تو بہت سی ایسی باتیں سطح پر ابھر آتی ہیں کہ جن کا تجزیہ اگر کیا جائے تو بہت تلخ حقائق منظرِ شہود پر جلوہ گر ہوتے ہیں۔

قرآن کہتا ہے کہ اللہ نے ہر چیز جوڑے جوڑے بنائی ہے۔ مذہبی حلقہ کہتا ہے کہ عورت کو مرد کی اداہی کم کرنے اور اس کا دل خوش کرنے کے لئے پیدا کیا گیا ہے۔

عفت و عصمت کا تذکرہ آتا ہے تو وہاں صرف اور صرف عورت زیرِ بحث آتی ہے۔ کیا مرد کو عفت و عصمت کی ضرورت نہیں....؟

یہ عورت وہ عورت ہے جس کے خون کا ایک ایک قطرہ مرد کا ایک ایک عضو میں جاتا ہے یہ وہ عورت ہے جو اپنے اندر موجود تخلیقی فارمولوں سے بارہ کھرب خلیوں کو جنم دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو نو مہینے اپنے پیٹ میں بچہ کی نشوونما کے لیے دن رات ایک کر دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو مرد کے لئے زندگی میں کام آنے والی تانے بانے سے جسمانی خدوخال کے لباس تیار کرتی ہے یہ وہ عورت ہے جو جو دو سال تک اپنا خون جگر بچہ کے اندر اندھنی ریتی ہے یہ کیسی بد نصیبی اور ناشکری ہے کہ وہی مرد جس کی رگ رگ میں عورت کی زندگی منتقل ہوتی رہتی ہے۔ مرد کی تفریح کا ذریعہ سمجھی جاتی ہے۔ بے روج معاشرے نے عورت کو مرد کے مقابلے میں ایسا کردار بتایا کہ جس کو دیکھ کر ندامت سے گردن جھک جاتی ہے۔ مرد نے عورت کو ایک اشتہاری چیز بنا دیا ہے۔ سڑکوں پر آویزاں بوڑھوں پر، اخباروں میں، ضرورت زندگی کی اشیاء کے پیکٹوں پر انتہاء یہ کہ گندگی اور غلامت صاف کرنے والے مین کے سر بند ڈیوں پر بھی ہمیں عورت کی تصویر نظر آتی ہے۔

نف! کتنی بے حرمتی ہے اس ہستی کی جس نے اپنا سب کچھ کر مرد کو پروان چڑھایا ہے۔

بالشبہ یہ کھلی نا انصافی اور فراموشی ہے۔ ناشکری اور نا انصافی کا رد عمل اس قدر پیانک اور ظلم ناک ہوتا ہے کہ تاریخ اس سے لرزہ بر اندام ہے دنیاوی علوم سے آراستہ دانشوروں کا یہ وظیرہ کم عقلی پر مبنی قرار دیا جاسکتا ہے مگر جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ مدحانی علوم کے لامتناہی میدان میں بھی عورتوں کو نظر انداز کیا گیا تو اعصاب پر موت سے کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ سینکڑوں سال کی تاریخ میں مشہور، معروف، ادیباء اللہ کی قبرست پر نظر ڈالئے تو صرف ایک عورت کی نشان دہی ہوتی ہے اور اسے بھی آدھا قلندر کہہ کر اس کی بے وقعتی کی گئی ہے۔ کیا عورت اور مرد کے اندر الگ الگ روحیں کام کرتی ہیں۔ کیا روح میں تخصیص کی جاسکتی ہے؟ کیا روح بھی کمزور اور ضعیف ہوتی ہے؟ اگر ایسا نہیں ہے تو عورت کی مدحانی اقدار کو کیوں محجوب رکھا گیا ہے؟ مردوں کی طرح ان خواتین کا تذکرہ کیوں نہیں کیا گیا جو اللہ کی دوست ہیں؟ وہ کون سی ایسی صفت ہے جو سارے احزاب کی ۳۵ آیت میں مردوں کے لیے گنوائی گئی ہے اور عورتوں کو اس محروم رکھا گیا ہے؟ اللہ تعالیٰ مرد اور عورتوں کی



یکساں صفات بیان کرتے ہیں ارشاد فرماتے ہیں:

تحقیق مسلمان مرد اور مسلمان عورتیں اور ایمان والے مرد اور ایمان والی عورتیں اور قرآن پڑھنے والے مرد اور قرآن پڑھنے والیاں اور بچے بولنے والیاں اور صبر کرنے مرد اور صبر کرنے والیاں اور عاجزی کرنے والے اور عاجزی کرنے والیاں اور خیرات دینے والے مرد اور خیرات دینے والیاں اور روزہ رکھنے والے اور روزہ رکھنے والیاں اور تکیہ پائی کرنے والے شرم اپنی کی اور نگرانی کرنے والیاں اور یاو کرنے والے اللہ کو بہت یاد کرنے والیاں تیار کیا ہے اللہ نے واسطے ان کے بخشش اور ثواب بڑا۔ (قرآن)

اسلام شرف کا علم ہر دار ہے۔ اس نے سارے انسانوں کو واجب عزت قرار دیا ہے۔



اسلام اللہ کا قانون ہے۔ اس قانون نے عورت کو مساوی حقوق دیئے ہیں۔ معاشرے کی تعمیر میں عورت کا بھرپور کردار ہے۔۔۔ وراثت میں اسے حصے دار بنایا ہے۔ بالغ عورت کو کسی کے ساتھ نکاح پر مجبور نہیں کیا جاسکتا۔ شوہر کے لئے عورت کے حقوق پورے کرنا اسے خوش رکھنا اور اس پر خرچ کرنا اللہ نے عبادت قرار دیا ہے۔ عورت کے اوپر بھی مرد کے حقوق قائم کئے ہیں۔ عورت کو معاشرے کی تعمیر میں ایک اہم کردار ادا کرنے یعنی اولاد اور نسل انسانی کی صحیح تربیت اور تعلیم کی ذمہ داری سونپی گئی ہے۔

موجودہ سائنسی اور مادیت گزیدہ معاشرہ میں عورت کے اوپر یہ فرض عائد ہوتا ہے کہ وہ اللہ کے دیئے ہوئے حقوق کی حفاظت کرے۔۔۔ اپنی انا کو ٹھونے اور دیکھے کہ اس کے کاندھوں کو قدرت نے کتنا طاقتور اور مضبوط بنایا ہے۔ عورت پر لازم ہے کہ وہ اپنی نسل اور اپنی اولاد۔۔۔ بیٹے اور بیٹیوں کو بتائے کہ مادی اقتدار عارضی ہے۔ مادی زندگی قریب کے لباس میں قید ہے۔۔۔ محض مادی اقتدار قوموں کے زوال کی علامت ہے۔ مادی اقتدار کے بیماری اخلاقی قدروں کو پامال کر دیتے ہیں اور زمین آگ کا ذریعہ بن جاتی ہے۔ اور اس آگ میں مرد اور عورت دونوں جل کر بھسم ہو جاتے ہیں۔

اے عورت! تو میری مال ہے۔

تو نے مجھے جنم دیا ہے۔ عدم سے وجود میں لانے کیلئے تو میرے لئے وسیلہ اور ذریعہ بنی ہے۔

تیرے اندر کی آتما، تیری روح نے میری تخلیق کی ہے۔

اے عورت! تو میری شناخت ہے تو نہ ہوتی تو میں بھی نہ ہوتا۔

میری رگوں میں جو خون دوڑ رہا ہے وہ تیرا ہی خون ہے۔

اے میری ماں، میری بہن، میری لخت جگر بنی! تم اور مرد ایک اللہ کی تخلیق ہو تمہارے اور مرد کے اندر ایک

اللہ کی رشتہ ہے۔ تمہارے اندر بھی وہ تمام صلہ صیتیں اور صفات موجود ہیں جو قدرت نے مرد کو ولیعت کی ہیں۔





# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بُک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسج کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✧ ہر ای بُک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو مائیل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بُک کا پرنٹ پریویو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✧ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

← ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

← ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](http://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](http://twitter.com/paksociety1)





ایک پراسن، خوشحال و مستحکم معاشرہ کے قیام کے لئے سب سے جامع، ہمہ گیر اور دنیا کے تمام سطحوں اور وقت کے تمام ادوار کے لئے قابل عمل رہنمائی اللہ کی آخری کتاب قرآن مجید اور اللہ کے آخری نبی حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی تعلیمات میں ملتی ہے۔

الحمد للہ ہم مسلمان ہیں، رحمتہ اللعالمین ﷺ کے پیروکار ہونے کا ذمہ بھرتے ہیں۔ تو پھر آج ہمارا معاشرہ اجتری اور افراق تفری کا شکار کیوں ہے؟ ... ہمارے ملک میں رشوت، ملاوٹ، میرٹ کا قتل، ظلم و زیادتی کیوں عام ہے۔ قرآن اور تعلیمات نبوی ﷺ سے آگہی کے باوجود ہم ان خراب حالات سے کیوں دوچار ہیں؟ ... ہمارے ساتھ مسئلہ کیا ہے؟ ...

سنجیدگی اور غیر جانبداری سے غور کریں تو اندازہ ہو گا کہ ہمارا مسئلہ ہماری ذہنی کمی ہے۔ ہم اپنی سوچ و فکر کا جائزہ لیں تو اندازہ ہو گا کہ اپنی ذات، اپنے معاشرہ، اپنے ملک میں ہم ذہریے معیارات پر عمل پیرا ہیں۔ ہم قرآن کی تلاوت کرتے ہیں لیکن اپنی زندگی اس کی ہدایت کے مطابق بسر نہیں کرتے۔ حضرت محمد ﷺ سے تعلق بلکہ عشق کا ذمہ بھرتے ہیں لیکن اس کا اعتبار آپ ﷺ کے اسوۂ حسنہ پر عمل کے ذریعہ نہیں کرتے۔ ہم میں سے اکثر کا حال یہ ہے کہ ان کے لئے دین الگ ہے اور دنیا الگ ... اس طرز فکر اور طرز عمل نے ہمارا حال بگاڑ دیا ہے۔ سوال یہ ہے کہ ہمارا حال درست کس طرح ہو سکتا ہے۔ آئیے اس سوال کا جواب قرآن سے حاصل کرتے ہیں۔

اور جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور اس چیز کو منجھ لیا جو محمد (شہید علیہ السلام) پر نازل ہوئی اور دوسرا سہر حق ہے ان کے رب کے جانب سے۔ اللہ نے ان کے برائیاں اپنے سے دور کر دیں اور ان کا حال درست کر دیا۔

سورہ محمد کی اس آیت میں دنیا میں کامیابیوں کے حصول کے فارمولہ کا بیان ہوا ہے۔ دنیا کی ایسی کامیابی جس کے ساتھ اللہ کی رضا، اللہ کی مدد اور اللہ کا فضل شامل ہے۔ یہ فارمولہ نہایت واضح اجزاء پر مشتمل ہے۔

- [1] یہ ان لوگوں کے لئے ہے جو اللہ پر ایمان لائے۔۔۔
- [2] یہ ان ایمان لانے والوں کے لئے ہے جنہوں نے اس دنیا میں اچھے کام کئے۔ (اچھے کام کیا ہیں؟ ... اس کا مختصر جائزہ ہم آئندہ مضمون میں لیں گے)

[3] ان ایمان لانے والوں اور اچھے کام کرنے والوں نے محمد ﷺ پر نازل ہونے والے قرآن کو ”جو باری تعالیٰ کی طرف سے حق کے ساتھ نازل ہوا ہے“ مکمل



ضابطہ حیات کی حیثیت سے تسلیم کر لیا ہے۔

جو لوگ اس راستہ کو اختیار کر لیتے ہیں قرآن کے مطابق اللہ ان کی برائیاں ان سے دور کر دیتا ہے اور ان کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

برائیاں دور کرنے اور حال کی درستگی کی مثال ایک بیمار جسم سے بھی دی جاسکتی ہے۔ یعنی کوئی جسم جو بیماریوں کا گھر بن چکا ہو اس کی تمام بیماریاں ختم ہو جائیں اور وہ مستند و مستدرست ہو جائے....

اپنے ارد گرد نظر دوڑائیں ہمارا اپنا حال بھی کچھ ایسا ہی نظر آئے گا۔ ہمارے معاشرے میں کئی طرح کی خرابیاں اور کئی اقسام کی بیماریاں محسوس ہوں گی۔ کبھی کبھی تو ان خرابیوں یا ان بیماریوں کی شدت اتنی زیادہ محسوس ہوتی ہے کہ بہت سے لوگ یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ شاید یہ کبھی ٹھیک ہی نہ ہو سکیں۔۔۔۔۔ یہ ایسا ہی ہے جیسے بیماری کی شدت کسی مریض کو شفاء سے زندگی سے مایوس کر دیتی ہے۔ اپنے معاشرہ کی خرابیوں کو دیکھ کر ذکھ اور اضطراب میں مبتلا بعض ہم وطنوں پر بھی مایوسی طاری ہونے لگتی ہے۔ لوگوں کی مایوسی اس وقت اور بڑھ جاتی ہے جب وہ دیکھتے ہیں کہ امت کے افراد دین کے بنیادی احکامات نماز، روزہ، زکوٰۃ، حج کی ادائیگی کا اہتمام تو بہت کرتے ہیں۔ نمازیوں کی بڑی تعداد مسجدوں میں جا کر اور ایک بہت بڑی تعداد اپنے گھروں میں رو کر نماز کی ادائیگی کا اہتمام کرتی ہے۔ ہمارے معاشرہ میں قرآنی تعلیم کے ادارے بھی روز بروز بڑھتے جا رہے ہیں، والدین اپنے بچوں کو تاظر و قرآن کے ساتھ ساتھ حفظ قرآن کے لئے ان اداروں میں بھیج رہے ہیں۔ ضرورت مندوں کی مدد کے لئے فلاحی اور خیراتی ادارے بھی ہمارے معاشرہ میں نہایت وسیع پیمانے پر کام کر رہے ہیں۔ پاکستانی عوام اللہ کی خوشنودی کے لئے ان اداروں کو فراخ دلی سے عطیات بھی دیتے ہیں۔ ان سب باتوں کے باوجود معاشرہ میں پائے جانے والے بگاڑ میں اضافہ ہونے سے بہت سے ہم وطن مایوسی کی گہری دلدل میں پھنستے جا رہے ہیں۔

ایک طرف نہایت اچھی اچھی باتیں!.... دوسری طرف رشوت، ملامت، دھوکہ دہی، ظلم و زیادتی، انتشار، نسلی لسانی تقسیم، فرقہ بندی اور مذہبی انتہا پسندی کی شدت!....

ہمارے معاشرہ میں Polarisation پر مبنی یہ صورتحال کیوں ہے؟ اس کی سب سے بڑی وجہ ہمارے اختیار کردہ ہرے معیارات ہیں۔ اچھائی اور برائی کے اپنے وضع کردہ پیمانے ہیں۔ آپسکے قرآن کی سورہ محمد کی مذکورہ بالا آیت کی روشنی میں اپنے حالات کو سمجھنے اور سدھارنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ترجمہ: جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور محمد ﷺ پر نازل ہونے والے قرآن کو تسلیم کر لیا،

اس کی برائیاں دور کر دی جاتی ہیں اور اس کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

آئیے یہ سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ یہ نتیجہ کس میکانزم سے حاصل ہوتا ہے۔

اس کا پہلا حصہ ایمان ہے، یعنی اللہ قادر مطلق وحد ذل شریک پر ایمان!.... اس ایمان میں روز قیامت پر یقین یقین بھی شامل ہے۔

آئیے! ہم اپنے آپ کو ٹٹولیں۔ کیا ایمان ہمارے قلوب میں پوری طرح جاننیں ہو چکا ہے؟ کیا روز قیامت اپنے اٹھان کی جوابدہی کا یقین ہمارے اندر راسخ ہے؟.... کیا ہمارے سرکاری اہلکار کو، تاجر کو پورا یقین ہے کہ جو مال ہم رشوت اور دیگر حرام ذرائع سے کمائیں گے قیامت کے دن اس کا پورا پورا جواب دینا ہو گا۔ اگر واقعی قیامت کا یقین



ہمارے دل میں بسا ہوا ہوتا تو کیا ہم رشوت، ملاوٹ، دھوکہ دہی، فریب سے دولت کمانے کا تصور بھی کر سکتے تھے؟ .... ہم امریکہ اور مغربی ممالک میں دیکھتے ہیں کہ لوگ سرکاری دستاویز اور تجارتی لین دین میں جھوٹ نہیں بولتے۔ ایسا کیوں ہے؟ .... کیا وہ لوگ صرف بچ بولنا جانتے ہیں اور جھوٹ سے ناواقف ہیں؟۔۔۔ اصل بات یہ ہے کہ انہیں معلوم ہے کہ وہ جھوٹ بولیں گے تو وہاں کارفرما نظام انہیں کبھی نہ کبھی پکڑ لے گا اور پھر ان کی جاں بخشی مشکل ہوگی۔ لہذا جو بدی کا یقین انہیں اپنے ملک میں جھوٹ بولنے سے باز رکھتا ہے۔ جن لوگوں کو قیامت کے دن بیکہ اس دنیا میں بھی مکافات عمل کے تحت جو بدی کا یقین ہے وہ راستہ پر چلتے ہوئے تمام قوانین و ضوابط کی پابندی کرتے ہیں۔ جو محض زبان سے قیامت کا ذکر کرتے ہیں مگر انہوں نے اپنے دلوں میں یقین کو نہیں بسایا ہوتا وہ جھوٹ بھی بولتے ہیں، رشوت بھی لیتے ہیں، ملاوٹ بھی کرتے ہیں اور جھوٹی گواہی بھی دیتے ہیں۔ ایسے کچھ لوگ کرسی عدل پر بیٹھ کر نا انصافی کرتے ہیں۔ ظلم و زیادتی کے کاموں میں شریک و معاون ہوتے ہیں۔ اس گروہ سے تعلق رکھنے والے رہنما اور دانشور قوم کو سیاسی، لسانی و مذہبی گروہوں اور فرقوں میں تقسیم کر کے عزت کے الٹا نوروشن کرتے ہیں۔

قرآن بتاتا ہے کہ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں کہ ایمان ان کے دلوں میں داخل نہیں ہوا ہوتا۔۔۔

ترجمہ: اور یہ کہتے ہیں کہ ہم ایمان لے آئے۔ جبکہ وہ کہ تم ایمان نہیں لائے بلکہ یوں کہو کہ ہم

اسلام لائے ہیں اور ایمان تو بنوڑ تمہارے دلوں میں داخل ہی نہیں ہوا ہے۔ (سورۃ الحجرات)

قرآن کی اس آیت کی روشنی میں اپنے معاشرتی رویوں کا جائزہ لیں .... کیا ایسا محسوس نہیں ہوتا کہ آج ہمارا معاشرہ ایسی ہی کیفیت میں ہے کہ ایمان ہمارے دلوں میں داخل نہیں ہوا؟ ....

کامیابی کی پہلی شرط ایمان ہے۔ تہذا سب سے پہلے یہ شرط پوری کرنے کی طرف توجہ کی جانی چاہئے۔ کامیابی کی دوسری شرط اچھے کاموں کی انجام دہی ہے۔

ترجمہ: اور موسمِ سرور اور موسمِ غور میں ایک دوسرے کے دوست ہیں کہ اچھے کاموں کے لئے کہتے

ہیں اور نبرے کاموں سے منع کرتے ہیں۔ (سورۃ توبہ)

ترجمہ: اور تم میں سے ایک جماعت ایسی ہوتی چاہئے جو خیر کے طرف بلائے اور اچھے کاموں کے لئے کہے

اور نبرے کاموں سے منع کرے۔ (سورۃ آل عمران)

اپنے معاشرتی حالات سدھارنے کے لئے ہمیں دیکھنا ہو گا کہ کن نبرے کاموں سے بچنا، کن اچھائیوں کو اپنانا اور پھیلانا ہو گا۔ بہت سے لوگ بتاتے ہیں کہ نماز پڑھنا، روزہ رکھنا، نیک کے کام ہیں۔ یقیناً یہ نیک کے کام ہیں۔ نماز، روزہ، ارکان اسلام میں شامل ہیں۔ یہ عبادات کا سب سے اہم حصہ ہیں تاہم نیک کا، امر و عبادات سے آگے بڑھ کر انفرادی و معاشرتی معاملات تک پھیلا ہوا ہے۔ اس دائرہ میں سیاست و حکومت، نظام عدل، معیشت و کاروبار، عمرانیات وغیرہ .... معاشرہ کے سب سے شامش ہیں۔ اپنے حالات کے سدھار کے لئے زندگی کے ہر شعبہ میں ہمیں اچھائی اور برائی کی حقیقی تعریف متعین کرنا ہوگی۔

کیا آپ نے اس بات پر کبھی غور کیا ہے کہ ہمارے معاشرہ کے کئی لوگ مذہبی فریضہ سمجھ کر اپنے ذمہ واجب الادا پوری زکوٰۃ ادا کرتے ہیں۔ لیکن انکم نکس کی ادائیگی یا تو کرتے ہی نہیں یا پھر اصل آمدنی کو کم ظاہر کرتے ہوئے کم سے کم انکم نکس ادا کرنا چاہتے ہیں۔ زکوٰۃ کی عدم ادائیگی گناہ ہے۔ انکم نکس کی عدم ادائیگی یا کم ادائیگی ملکی



قانون کے تحت جرم ہے۔ چور ہے پر سرخ اشارے پر گاڑی نکال کر لے جانا... کاروں، بسوں، ٹرکوں کے ناقص سائنس کے باعث کثیف و موٹیں کا اخراج... گھر، دفتر، فیکٹری کے باہر گزرنے والے تاروں میں کٹھا ڈال کر ناجائز طور پر بجلی کا حصول، ذاتی مفاد کے ناحق حصول کے لئے عدالتوں میں جھوٹی گواہی، طاقتور طبقات کی طرف سے مجرموں کی سرپرستی، کمزوروں کو انصاف کی عدم فراہمی یہ سب ملکی قوانین کے تحت جرم کے زمرہ میں آتے ہیں۔ روزہ کے دوران جان بوجھ کر کچھ کھالیا حتیٰ کہ افطار سے چند سیکنڈ پہلے ہی کچھ کھالیا ملکی قانون کے تحت جرم کے زمرہ میں تو نہیں آتا لیکن یہ اعمال گناہ میں شمار ہوتے ہیں۔ کوئی شخص خواہ پابندی سے نماز ادا کرے تاہو لیکن وہ جب بھی نماز ادا کرے گا پاک صاف اور با وضو ہو کر نماز ادا کرے گا۔ بے وضو نماز ہوتی ہی نہیں ہے۔ بے وضو نماز ادا کرنا گناہ کے زمرہ میں آتا ہے۔ اہم نکتہ یہ ہے کہ جن کاموں کو ہم گناہ سمجھتے ہیں ان کے ارتکاب سے حتیٰ الامکان بچنا چاہتے ہیں لیکن جن کاموں کے بارے میں ہمیں علم ہے کہ یہ جرم ہیں ان کے ارتکاب پر کئی مذہبی لوگوں کو بھی بعض اوقات کوئی افسوس یا پشیمانی نہیں ہوتی بلکہ بہت سے لوگ تو قانون کی خلاف ورزی کے ذریعہ اپنے بہادر ہونے کا اظہار کرتے ہیں۔ کتنے ہی ہارٹس چوروں والے پابند صوم و صنوۃ اصحاب ایسے ہیں جن کی ماہانہ لا کھول کی آمدنی ہے لیکن وہ ٹیکس ادا نہیں کرتے۔ ایسے کتنے ہی لوگ ٹیکس کی ادائیگی سے بچنے کے لئے برساتی جھونپڑیاں پر دستخط کرتے ہیں۔

کسی بھی معاشرہ کے استحکام یا کمزوری میں بدعنوانی نہایت اہم کردار ادا کرتے ہیں ایک تو یہ کہ اس معاشرہ میں عدل و انصاف کی فراہمی کی صورت حال کیسی ہے دوسرے یہ کہ ملک کے افرادی آمدنی کس قدر جائز اور قانونی ہے۔ جن معاشرہ میں نا انصافی رشوت، ٹیکس چوری اور لوٹ مار کا چلن عام ہو جاتا ہے وہ معاشرے کبھی استحکام اور ترقی حاصل نہیں کر سکتے۔

ہماری حالت اس وقت سدھرے گی جب ہم ملکی قوانین کے خلاف ورزی کو بھی گناہ کے ارتکاب کی طرح برا سمجھنے لگیں گے۔ جب ہم زکوٰۃ کی طرح اپنے ذمہ واجب الادا ٹیکس بھی پوری دیانتداری سے ادا کرنا شروع کر دیں گے۔ جب ہمارے ملک کی سڑکوں پر ٹریفک قوانین کی خلاف ورزی کو بھی گناہ کی طرح برا سمجھا جائے گا۔ جب ہمارے ملک میں عدل و انصاف کا بول بالا ہو گا۔ جب لوٹ رزق حلال کو ٹیکس سمجھیں گے اور رزق حرام کو گناہ کبیرہ سمجھ کر اس سے اجتناب کرنے لگیں گے۔ آن ان سب کاموں کی تلقین و ترغیب کے ساتھ ساتھ ملک میں انصاف کی فراہمی اور لوگوں کے معاشی استحکام کے نئے اقدامات امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کے ذریعہ میں آتے ہیں۔ ایک اسلامی مملکت میں یہ سب کام بھی دین کی تبلیغ سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ وہ اچھے کام ہیں جن کی انجام دی سے ہمارے معاشرے کی خرابیاں دور ہو سکتی ہیں اور ہمارے حالات سدھر سکتے ہیں۔ ان اعمال صالحہ کی انجام دی سے ہم اللہ کے انعام و اکرام کے حق دار بن سکتے ہیں۔ اللہ کا وعدہ ہے

ترجمہ: جو بھی اچھے کام کرے وہ مرد ہو یا عورت بشرطیکہ وہ مومن ہو تو ہم انہیں اس دنیا میں ایک نیک و پاکیزہ زندگی بسر کرائیں گے اور انہیں اس کے اچھے کاموں کا بہترین اجر عطا کریں گے۔ (سورۃ النحل)

ذَکِّرُوا قَارِئُوسَفْ عَظِيمِ

ترجمہ: یاد دلاتے ہیں



# ماں کا دل لیس

ہر حال میں خوش رہنا سیکھیں

قسط نمبر 1

اس کا چلا دھڑ مفلوج ہو گیا ہے۔ اس صدمے نے اسے توڑ کر رکھ دیا۔ سالار کی معذوری نے اسے اندر ہی اندر گھلانا شروع کر دیا۔

ماں باپ نے اپنی سی کوشش کر کے دیکھ لی مگر وہ اسے صدمہ سے باہر نہ نکال پائے۔ والدین کے لئے ایک گھر یہ بھی تھی کہ ایانہ اب غرور اور بہادر لڑکی نہ رہی تھی۔ کہیں کسی بارات میں ہونے والی آتش بازی کے شور سے بھی وہ دبا جاتی۔ باہر نکلتے ہوئے اسے خوف محسوس ہوتا۔ نتیجے میں وہ گھر میں قید ہو کر رہ گئی تھی۔ آہستہ آہستہ اب وہ خود کو سب سے بد قسمت انسان تصور کرنے لگی تھی۔ اس کی بھوک کم ہوتی جا رہی تھی۔ لوگوں سے ملنا جلنا ترک کرتی جا رہی تھی

اور انجان لوگوں سے ملاقات کا تو سن کر ہی کمرے میں بند ہو جاتی۔ ڈاکٹرز کے مطابق اسے کوئی جسمانی عارضہ نہ تھا مگر ذہن خود ساختہ بیماریوں کی آماجگاہ ضرور بن جا رہا تھا۔ اسے ہر وقت لگتا جیسے کوئی بندوق لے اس کا پیچھا کر رہا ہے۔ وہ ایک خاص قسم کے فوجی میں مبتلا ہو چکی تھی۔

آج کے اس افرا تفری

ایانہ کراچی کے ایک بہت معروف صنعتکار کی اکلوتی بیٹی ہے۔ وہ ان خوش نصیبوں میں سے ہے جو منہ میں سونے کا چھپے لے کر پیدا ہوتے ہیں اور پھر جب مقدر ساتھ ہو تو کیا کہنے۔ صورت میرت اور ذہانت ایانہ میں مدغم تھیں۔

بیس سال کی عمر تک وہ جانتی بھی نہ تھی کہ ناکامی کسے کہتے ہیں۔ محرومی کیا ہوتی ہے اور پھر جب شریک سفر چھنے کی باری آئی تو یہاں بھی خوش نصیبی نے رتک دکھایا۔ اس کے خوابوں میں لینے والا شہزادہ سالار کے روپ میں اس کا ہم سفر بن گیا۔ مگر پھر وقت کو آزمائش لینے کی سو گئی۔

کچھ مہینوں بعد جب وہ انگلینڈ سے پاکستان واپس آئی۔ رات کے دو بج رہے تھے کہ انٹرپورٹ سے واپسی پر ایک گاڑی ایک موٹر کانتے ہوئے چند نامعلوم افراد نے ان کی گاڑی کو روک لیا۔ سالار کی مزاحمت پر ایک سنگدل نے گولی اس کے جسم میں اتار دی۔ ایانہ تو یہ منظر دیکھ کر ہی بے ہوش ہو چکی تھی اور جب ہوش آیا تو معلوم ہوا کہ گولی سے سالار کی ریڑھ کی ہڈی پر داغ آیا ہے اور

شاہینہ جمیل



یہ مزاحمت مختلف ذہنی الجھنوں اسٹریس،  
ڈپریشن اور دیگر نفسیاتی عارضوں کی صورت میں ظاہر  
ہوتی ہے۔ اگر بروقت اسے کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ  
دماغی یا نفسیاتی بیماریاں جسمانی امراض کی صورت میں  
بھی ظاہر ہونے لگتی ہیں۔ جیسا کہ سر میں بے وقت  
ورو کارہنا، گیس اور بد ہضمی کے امراض، قبض کی  
شکایت کارہنا، حتیٰ کہ جوڑوں میں ورو، کی بھی عمومی  
بنیاد کسی نہ کسی طرح کی ذہنی الجھنیں، ڈپریشن،  
اسٹریس بنتے ہیں جو انتہائی درجے میں بلڈ پریشر،  
ذیابیطس اور دماغ کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔

شواہد بتاتے ہیں کہ مایوسی، ناامیدی اور ڈپریشن  
دل کی بیماریوں حتیٰ کہ کینسر جیسے موذی مرض سے  
بھی زیادہ خطرناک ثابت ہوتی ہیں۔ ایک سروے  
کے مطابق یہ بیماری کسی بھی عمر میں کسی کو بھی ہو سکتی  
ہے۔ اس وقت دنیا میں ہر چار میں سے ایک فرد کسی  
نہ کسی ذہنی یا نفسیاتی عارضہ میں مبتلا ہے۔ جس کی وجہ  
ایک جانب تو دنیا بھر میں روز بروز بڑھتی ہوئی مہنگائی،  
غیر یقینی صورتحال، بنیادی سہولیات کا فقدان، لوٹ  
مار، قتل و غارتگری اور عدم تحفظ جیسے مسائل ہیں۔  
دوسری جانب اخلاقی، ہستی، باہمی تعلقات میں  
ناچاقیاں، رشتے داروں سے دوری، حسد، لالچ، بغض بھی  
نفسیاتی اور ذہنی بیماریوں کا باعث بن رہی ہیں۔

ہر شخص ان مسائل سے چھٹکارا حاصل کر کے  
ایک خوش خرم، مطمئن اور صحت مند زندگی  
چاہتا ہے۔

ہر شخص چاہتا ہے کہ اس میں جینے کی اہمیت  
پر امیدیں اور خوشی ہو۔ وہ بھی بلڈ پریشر، السر،  
تیزابیت، شوگر، سرور دیا دیگر عوارض سے محفوظ رہ

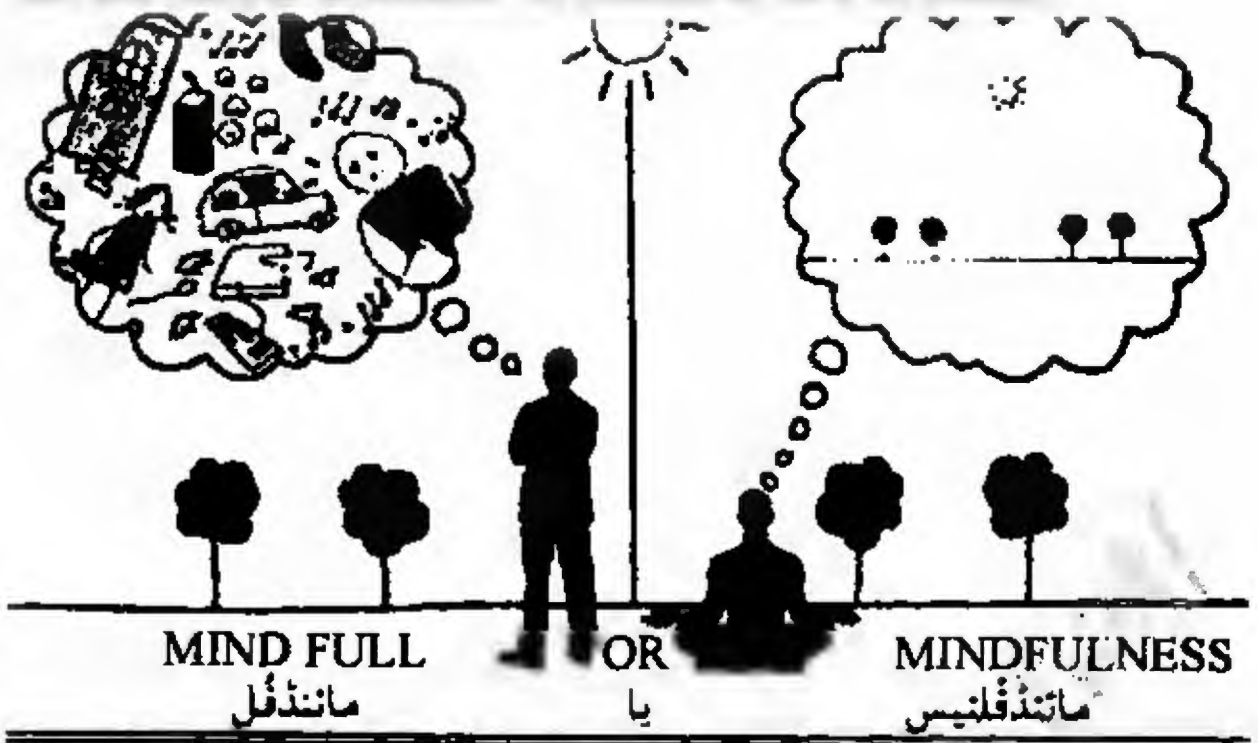
کے دور میں ایسا نہ ہو کہ پیش حالات جیسی کئی مثالیں مل  
جاتی ہیں۔ یہ تو خیر ایک بہت بڑا حادثہ تھا جو ایسا نہ کی  
زندگی میں رونما ہوا مگر ہمیں اپنے اس پاس ایسے کئی  
لوگ ملیں گے جو نارمل اور سکھ دکھ سے ملی جلی  
زندگی گزارنے کے باوجود ڈر خوف اور اندیشوں میں  
جکڑا رہتے ہیں۔ کئی لوگ اپنی قسمت سے شاک ہیں،  
کئی لوگ مایوسی اور ناامیدی میں گھرے نظر آتے ہیں  
اور کسی نہ کسی مجبورے یا کرشمے کے منتظر ہیں۔

کئی افراد اپنے اور اپنے خاندان کے بہتر مستقبل  
کے لئے وقت بے وقت پہلے منصوبہ بندی تو کرتے ہیں یہ  
اچھی بات ہے مگر ساتھ ساتھ فکر مند اور اندیشوں  
میں بھی جکڑا رہتے ہیں۔ جیسا کہ ملک صاحب جنہیں  
اللہ نے چار معصوم بیٹیوں سے نوازا ہے اور جن کی  
عمریں ابھی پانچ سے دس سال ہیں مگر وہ فکر مند رہتے  
ہیں۔ ان کا اکثر سوال ہوتا ہے کہ اگلے دس پندرہ  
سالوں میں کیا ہوگا۔ یہ ایک مرض ہے جو جنرل  
انزائیٹی ڈس آرڈر General anxiety Disorder  
کہلاتا ہے۔ ترقی پذیر ممالک میں ایسے  
مریضوں کی تعداد میں دن بدن اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔  
آئیے تھوڑی سی روشنی ان حالات پر بھی ڈالتے  
ہیں جو ان تکالیف کا موجب بن رہی ہیں۔

کسی مفکر کا کہنا ہے کہ معمولات زندگی میں پیش  
آنے والے مسائل زندگی کو بامقصد، دلچسپ اور  
سرگرم عمل رکھتے ہیں۔ مگر جب انسان خود کو کمزور  
جان کر ان مسائل کا سامنا نہیں کر پاتا تو اس کا ذہن  
اس شکست کے خلاف مزاحمت کرتا ہے۔ اس  
مزاحمت کے نتیجے میں ہونے والے شکست و ریخت  
کے عمل میں ذہن بیمار ہونے لگتا ہے۔

ذہنی صحت





کو بہتر سے بہتر بنانے کے کئی فنون جن کی بنیاد تو مشرق میں پڑی مگر عملی طور پر کامیابی مغرب میں حاصل ہوئی۔ انہیں میں سے ایک فن سے آج ہم آپ کو متعارف کروانے جا رہے ہیں۔ اس کی بنیاد انسانی زندگی اور اس کا اخذ انسانی دماغ ہے۔

تو آئیے جانتے ہیں اور سیکھتے ہیں اپنے حال میں جھنجھٹے کافن جسے مغرب نے مائنڈ فلنیس کا نام دیا ہے۔

اگر ہم ابتداء میں انسانی جسم میں دماغ کے کردار اور نیند کی مختلف کیفیات کو سمجھ لیں تو آپ کے لئے مائنڈ فلنیس کی مشقوں اور اس سے حاصل ہونے والی افادیت کو سمجھنا آسان ہو جائے گا۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین نے کئی بار پڑھا اور سمجھا ہے کہ انسانی جسم میں دماغ کو جسم کے حکمران کی حیثیت حاصل ہے اور دماغی صحت کے بغیر عمل صحت مند جسم کا تصور ہی ممکن نہیں۔ ایسا کیوں ہے...؟ آئیے تھوڑا تفصیل سے مگر آسان زبان

سکے۔ مگر کیسے...؟ کیا یہ ممکن ہے بھی یا نہیں...؟ خواہش تو سب کی ہے مگر ایسی زندگی حاصل کرنے کی کوشش بہت کم لوگ کرتے ہیں۔ اکثریت کے خیال میں ایسی آئیڈیل زندگی کے لئے دولت اور طاقت کا ہونا بہت ضروری ہے اور ہائی نے یہ ذمہ داری قسمت پر ڈال دی ہے۔

اس میں کوئی شک نہیں کہ قسمت کا ہماری زندگی میں بڑا عمل دخل ہے۔ ذرا دعا کی اہمیت پر غور کیجئے کہ رب کو پسند ہے اس سے مانگا جائے اور وہ کسی کی دعا رد نہیں کرتا...! زندگی میں ناممکن کچھ بھی نہیں۔ اگر قسمت کا ذکر زندگی میں شامل ہے تو دعا اور کوشش کا بھی اس سے کہیں زیادہ بڑا اور مضبوط کردار ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے اللہ تعالیٰ کی سب سے خوبصورت تخلیق انسان اپنی ذات میں تخی رازوں، صلاحیتوں اور اختیارات کو سمجھتے اور ان سے واقف ہونے کی کوشش کرے۔

ہم سب جانتے ہیں کہ کئی صدیوں سے مغربی دنیا حقیقت کے میدان مارتی آرہی ہے۔ انسانی زندگی



میں سمجھتے ہیں۔

ریسرچ کہتی ہے کہ انسانی دماغ میں کام کرنے والے مخصوص خلیوں کی تعداد تقریباً اتنی ہی ہے جتنے کائنات میں ستارے اور سیارے ہیں یا شاید ان سے بھی زیادہ۔ یعنی ہمارا دماغ ایک کھرب سے زیادہ خلیوں کا مسکن ہے۔ یہ مخصوص خلیے نیورونز کہلاتے ہیں جو دماغ اور جسم کے تعلق کو جوڑتے ہیں اور پیغام رسانی کا کام انجام دیتے ہیں یعنی سارا دن ہونے والی ہر ایک ٹھوس اور عمل دماغ کی زیر نگرانی اور اس کے حکم پر انجام پاتا ہے۔

تحقیقات کے اوائل دور میں یہ سمجھا جاتا تھا کہ سارا دن مسلسل کام کرتے رہنے کی وجہ سے دماغ کا مقصد دماغ کو آرام دینا ہے اور رات میں ہمارا دماغ سو جاتا ہے۔ مگر جیسے جیسے تحقیقات سامنے آتی رہیں یہ بات واضح ہوتی چلی گئی کہ ہمارا دماغ نہ تو ٹھکتا ہے اور نہ ہی اسے آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ تو سوال یہ ہے کہ ہمیں نیند کیوں آتی ہیں اور ہم سوتے کیوں ہیں؟ اس کا جواب یہ ہے کہ ہمارا دماغ کبھی نہیں سوتا بلکہ تحقیق سے یہ بات اب واضح ہو چکی ہے کہ نیند کے دوران ہمارا دماغ زیادہ چاق و چوبند اور فعال ہو جاتا ہے۔

دراصل نیند ایک ایسی کیفیت ہے جس میں آپ

کے جسم کو تو آرام دیا جاتا ہے لیکن دماغ کو وقت، تاکہ وہ دن بھر کی سرگرمیوں کے دوران پیدا ہونے والے فاسد مواد کی صفائی کر سکے اور آپ اگلے دن پھر سے تازہ دم اور چاق و چوبند ہو جائیں کسی بھی وجہ سے اس فاسد سیال مادہ کی کچھ مقدار بھی باقی رہ جائے تو وہ دماغی خلل کا باعث بھی بن سکتی ہے۔ یعنی بھرپور اور گہری نیند دراصل انسانی جسم کی ایک ایسی کیفیت یا حالت ہے جس میں انسان کی جسمانی اور جذباتی ہر طرح کی ٹوٹ پھوٹ کی مرمت ہوتی ہے۔ اور انسان کو نا صرف جسمانی طور پر بلکہ ذہنی اور جذباتی طور پر بھی چاق و چوبند اور توانا رکھنے کی ذمہ داری بنتی ہے۔

یہاں دماغ اور نیند کی فعالیت بتانے کا مقصد یہ تھا کہ تاکہ آپ نیند سے حاصل ہونے والے عملی فوائد کو اچھی طرح سمجھ سکیں۔ کئی مغربی ریسرچ سینٹرز میں الیکٹروانسٹیلو گرافی اور دیگر آلات کے ذریعے نیند کی مختلف درجات اور ان درجات میں پیدا ہونے والی دماغی تبدیلیاں اور ان کی فریکوئنسی کا مشاہدہ کیا جا چکا ہے۔ نیند کے تیسرے اور چوتھے درجے پر پہنچنے والی انفا اور آخر میں ڈیٹا ڈیوڈ کی فریکوئنسی (3 ہرٹز سے 6 ہرٹز اور 0.5 سے 3 ہرٹز) یعنی سست ترین ہوتی ہے۔ اس درجے پر وہ جانے والی ہدایات کے ذریعے کئی بیماریوں کے کامیاب علاج کئے گئے اور کئی افراد

برٹش جرنل آف سائکٹری The British Journal of Psychiatry میں

مائنڈ فلنیس

شائع ہونے والی جدید طبی تحقیق کے مطابق طبیعت کو خوشگوار بنانے اور پرسکون رہنے کے لیے استعمال کی جانے والی ادویات سے زیادہ مراقبہ کا عمل بہتر ہے۔ بدھ مت کی تعلیمات کے تحت کئے جانے والے مراقبہ کے مثبت اثرات سامنے آئے ہیں۔ دوا کھانے والے گروپ کی نسبت مراقبہ کرنے والوں کو 47 فیصد زیادہ آفاقہ حاصل ہوا۔  
”مائنڈ فلنیس بیسڈ کانیٹیو تھراپی“ Mindfulness-based cognitive

قرآن مجید

18



ہائینڈ فلنسیس کا نام دیا گیا۔

اس وقت پوری دنیا میں ہائینڈ فلنسیس تھراپی اور مشقوں کو کئی ذہنی، نفسیاتی پہلوؤں کے علاج میں محفوظ اور موثر ترین تسلیم کیا گیا ہے۔  
اب ہم بات کرتے ہیں کہ ہائینڈ فلنسیس اور اس کی مشقیں ہیں کیا؟

### ہائینڈ فلنسیس کیا ہے؟

ہائینڈ فلنسیس دراصل مشکلات میں جینے کا فن ہے۔ ہم تو کہتے ہیں کہ یہ اپنے حال میں جینے کا فن ہے ایک مفکر کا قول ہے کہ "آپ اپنے آنے والے کل کے لئے پریکٹس نہ ہوں وہ اپنا ہندوستان خود کر لے گا۔ آپ محض اپنے آج کی فکر کیجئے اور اسی پر توجہ مبذول رکھیئے۔"

ہائینڈ فلنسیس ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کے آثار قدیمہ مدھ مت میں ملتے ہیں۔ یہ صدیوں سے پختہ اور بدھ مت تہذیب کا حصہ ہے۔ ہائینڈ فلنسیس ایک طرز فکر اور عملی مشق ہے جو ہمیں حال میں جینے کا سلیقہ سکھاتا ہے۔ ہمیں بتاتا ہے کہ جو ہے وہ آج ہے۔ یہ لمحہ ہے۔ آنے والے کا پتہ نہیں اور جو بیت گیا وہ ہاتھ میں نہیں۔ اس کا کسی مذہبی، ثقافتی، یا سائنسی عقیدے سے نہ تو کوئی تعلق ہے اور نہ ہی

نے اپنی دانگی پہلوؤں، ذہنی و باؤڈریز پریشن اور بری عادتوں سے چھٹکارا حاصل کیا۔ اس کے علاوہ جن صحت مند لوگوں پر نیند کے اس درجے میں جا کر مشقوں کو کروایا گیا وہ پہلے سے زیادہ چاق و چوبند اور مطمئن نظر آئے اور عملی زندگی میں نمایاں کارکردگی کا مظاہرہ کرنے لگے۔

اب سوچنے کی بات یہ ہے کہ اگر نیند کی اس حالت کو جاگتے میں خود پر طاری کر لیا جائے تو جو مرمت کا کمال دماغ نیند کی کیفیت میں کرتا ہے وہ جاگتے میں نیند کی کیفیت طاری کرنے کے دوران بھی کرے گا۔ اور ایسا سو فیصد ممکن ہے جیسا کہ مندرجہ بالا تحقیق سے ثابت ہے۔ دراصل جاگتے میں ان کیفیت کا طاری ہو جانا مراقبہ کی ہی ایک شکل ہے جسے مختلف طریقوں سے پریکٹس کیا اور کیا دیا جاتا ہے۔ ان مشقوں کے انتہائی کامیاب اور تیرت انگیز نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ (مختلف مراقبوں کی تفصیل ہم آگے بیان کریں گے)۔

یہ رہے چار مختلف ناموں اور نیت کی مشقوں اور ٹیکنیکس کے ساتھ متعارف ہو رہی ہیں۔ جن کا بنیادی ماخذ ایک ہی ہے۔ یعنی خیالات کی رو کو بہتر طور پر سمجھنا اور اپنی دماغی صلاحیتوں کو مثبت طرز فکر کے مطابق ڈھالنا اور استعمال کرنا۔ ان میں سے ایک کو

(MBCT) therapy کے تحت اس مراقبہ کے تحت دیکھا گیا کہ ماضی کے تلخ تجربات اور یادوں کو کم کیا جاسکتا ہے اور مستقبل کی بہتر منصوبہ بندی بھی، جبکہ دوسری جانب ادویات کے منفی اثرات سے مزید تحفظ بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس تحقیق کو پروفیسر ولیم کیو کین Willem Kuyken نے مرتب کیا ہے جو انگلینڈ میں ایگزیکٹو یونیورسٹی University of Exeter کے موڈس آرڈر سنٹر Mood Disorders Centre میں عمل کی گئی۔ تحقیق کے مطابق اس متبادل طریقہ علاج سے جہاں صحت کو کم خطرات لاحق ہوتے ہیں وہاں دواؤں پر انحصار والے اخراجات بھی ختم ہو سکتے ہیں۔



کھا رہے ہیں.... اس کا مزہ، اس کا ٹیکسچر، اس کی  
کھٹاس یا چاکلیٹ کا کرکچ، اس کی منھاس۔ ارے آپ  
میری بات پڑھ کر مسکرائے گئے۔

دوستو! اگر آپ کو یہ بچکانہ بات لگ رہی ہے تو  
یقین کیجئے یہ بظاہر چھوٹی سی مشق کنی لوگ اپنی زندگی  
کا حصہ بنا چکے ہیں اور اس چھوٹی سے مشق کے بہت  
مثبت اور بہترین نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ بہر حال  
اس کی مشقوں پر تفصیل سے بات ہم بعد میں کریں  
گے۔ پہلے اس سے حاصل ہونے والے فوائد کا کچھ  
ذکر کرتے لیتے ہیں۔

### ہائینڈ فلنسیس کے فوائد

اس وقت دنیا میں ہزاروں کی تعداد میں  
سرٹیفائیڈ انسٹرکٹرز لوگوں کو ہائینڈ فلنسیس کی مشقیں  
کروا رہے ہیں۔ اس تعداد میں دن بدن اضافہ بھی  
ہوتا چلا جا رہا ہے۔ اس کے علاوہ متحرک کن شنائی  
اثرات ملنے کی وجہ سے مغربی دنیا کے بیشتر ہسپتالوں  
میں معالجین اپنے مریضوں کو ہائینڈ فلنسیس کی مختلف  
مشقیں کروانے لگے ہیں۔ ہائینڈ فلنسیس سے حاصل  
ہونے والے فوائد میں ڈپریشن، اعصابی دباؤ سے  
نجات حاصل ہوتی ہے۔ غمیدہ آہی ہو جاتی  
ہے۔ غصہ میں نمایاں کمی واقع  
ہو جاتی ہے اور مثبت انداز فکر بڑھ  
جاتا ہے جس کی وجہ سے  
بلڈ پریشر کنٹرول میں رہتا  
ہے۔ ٹیس کے امراض سے  
نجات مل جاتی ہے۔

نفرت دکھ پریشانی جلنا کڑھنا حسد



کوئی لکراؤ۔ بلکہ یہ زندگی میں پیش آنے والے  
موجودہ حالات، موجودہ مقصد اور موجودہ لمحہ کو مثبت  
اور غیر جانبدارانہ سوچ کے ساتھ قبول کرنے کی  
ایک عملی مشق ہے۔ اس کی مشقوں کا ہمارے افکار و  
نظریات سے گہرا تعلق ہے ان میں سے بعض کو  
بدلنے اور ایک نئے انداز میں مثبت رویہ اختیار کرنے  
کی ضرورت ہے۔

اس کا مطلب ہرگز یہ نہیں کہ آپ ان عملی  
مشقوں کے ذریعے محض اپنے حالات کو قبول کرنا  
سیکھیں گے۔ نہیں بالکل بھی ایسا نہیں۔ کیونکہ اگر  
آپ محض انہیں قبول کر لیں تو پھر صبح اور  
اپر ومنت کا کام رک جائے گا۔

دراصل جب آپ یہ عملی مشقیں کرتے ہیں تو  
آپ کی طرز فکر اس سطح پر آ جاتی ہے جہاں آپ اپنی  
توانائیوں کا صحیح طور پر اور مثبت اور تعمیری رخ پر  
استعمال کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ آپ موجودہ  
حالات کو من و عن قبول کر کے ہاتھ پر ہاتھ دھر کر  
نہیں بیٹھ جاتے۔ بلکہ اس سچویشن کو بہتر طور پر سمجھنے  
لگتے ہیں اور بالآخر انہیں حالات میں سے بہتری اور  
مثبت حل نکلنے شروع ہو جاتے ہیں۔

ہی ہائینڈ فلنسیس کا بنیادی مقصد اور آجیوٹو

ہے۔ جو آپ کو اپنے حال میں بیٹھنے  
کافن سکھاتا ہے۔

مثلاً اگر آپ اس وقت

اپنی من پسند کوئی چیز کھا رہے  
ہیں جیسے کہ انسراہری یا

چاکلیٹ تو پھر کھاتے وقت اس کو  
محسوس بھی کیجئے کہ آپ انسراہری





منفی سوچ رکھنے والے افراد میں مایہ نڈ فلنس کی مشقوں کے اچھے نتائج ملتے ہیں۔

دیگر دائمی یا موروٹی بیماریوں میں ڈاکٹری علاج کے ساتھ مایہ نڈ فلنس کی مشقوں سے شفا پائی کی رفتار تیز ہو جاتی ہے۔ بہت سے لوگوں میں ذیابیطس کو بھی کنٹرول ہوتے دیکھا گیا ہے۔

اگر آپ مایہ نڈ فلنس کی مشقوں کے عادی ہیں تو ماحول کی پیدا کردہ یا کسی بھی طرح کی موسمی بیماریوں کو نہ صرف خود سے دور رکھ سکیں گے بلکہ موروٹی بیماریوں کے ہونے کے امکانات بھی کم سے کم تر ہوتے چلے جاتے ہیں۔ سکون اور اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے۔

مایہ نڈ فلنس کے مراقبوں سے ذہنی قوت میں اضافہ ہوتا ہے جس سے کاروبار، لین دین اور ملازمت میں بہتر کارکردگی اور ترقی کی راہیں کھل سکتی ہیں۔

ذہنی سکون بڑھ جانے سے گھریلو زندگی پر بھی مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں جو باہمی محبت میں اضافے کا باعث بنتے ہیں اور گھریلو ماحول خوشگوارہ پر سرت ہو جاتا ہے۔

ہر کام میں ناکامی کا بے جا خوف اندیشے ڈر اور منتشر خیالی جیسی خود ساختہ بیماریوں اور کیفیات سے چھٹکارا مل جاتا ہے۔

جب طالب علموں نے ان مشقوں کو اپنایا تو ان کی تعلیمی صلاحیتوں میں اضافہ دیکھا گیا ہے۔ ایسے طالب علم نہ صرف پڑھائی میں بلکہ کھیل کود اور دیگر غیر نمائشی

سرگرمیوں میں بھی کامیاب اور نمایاں نظر آئے۔ اس سے بھی بڑھ کر یہ کہ ان مشقوں سے نہ صرف یہ کہ دنیاوی فوائد حاصل ہوتے ہیں بلکہ جیسے آپ کی ذہنی قوتوں میں اضافہ ہوتا جاتا ہے آپ روحانی لذتوں سے بھی روشناس ہوتے ہیں اور بندہ خود کو اپنے رب کے بہت قریب محسوس کرتا ہے۔

**مایہ نڈ فلنس کن لوگوں کے لئے ہے؟**

جیسا کہ ہم ابتدا میں تذکرہ کر چکے ہیں کہ دماغ کو اللہ تعالیٰ نے بے شمار صلاحیتوں اور عقلی توانائیوں سے نوازا ہے۔ اس میں کوئی دو رائے نہیں کہ ہر انسان کا دماغ بے شمار پوشیدہ صلاحیتوں کا مسکن ہے مایہ نڈ فلنس کی مشقوں سے آپ اپنی ان پوشیدہ صلاحیتوں کو نہ صرف پہچان سکتے ہیں بلکہ ان سے خوب استفادہ بھی کر سکتے ہیں۔ مایہ نڈ فلنس کی مشقوں سے دماغی قوتیں موثر انداز میں کام کرنا شروع کر دیتی ہیں۔ یہ مشقیں سب کے لئے ہیں۔ ہر عمر کے

مرد عورت بچے، جوان بوڑھے، مہتمد یا بیمار سب اپنی خواہش اور دلچسپی کے مطابق ان مشقوں سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ جیسے جیسے آپ کو ان مشقوں کی عادت ہوتی جائے گی یہ آپ کے مزاج کا حصہ بن جائیں گی جو یقیناً آپ کی سوچ پر اثر انداز ہو کر آپ کی ایک خوش و خرم اور صحت مند شخصیت کی تعمیر میں مدد دیتی گی۔



مارچ 2015ء



خوشیوں کے ساتھ گزارے اور اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتے رہیں۔

زندگی کی راہیں کبھی سیدھی نہیں ہوتیں ان میں اونچ نیچ نشیب فراز آتے جاتے رہتے ہیں اب ان رکاوٹوں یا نیزے میڑھے راستوں کی وجہ سے اگر آپ آنسو بہانا چاہتے ہیں اور مقدر کا لکھا سمجھ کر آنسوؤں بھری غم کی زندگی گزارنا چاہیں تو اس فیصلے سے آپ کو نہ تو کوئی روکے گا اور نہ ہی روک سکتا ہے۔ کیونکہ اپنی زندگی کا فیصلہ بہر حال آپ نے خود کرنا ہے۔ لیکن اگر آپ اپنی زندگی سے اصل لطف اور مسرت کشید کرنا چاہتے ہیں تو مایئز فتنیس سے بھرپور فائدہ اٹھائیے۔ کیونکہ ایک خوش و غرم اور ہنسی بھری زندگی جیٹا آپ کا حق ہے۔ مزے کی بات یہ ہے کہ ان حق کو سوائے آپ کے کوئی بھی آپ سے نہ تو چھین سکتا ہے اور نہ ہی دے سکتا ہے۔ ہاں آپ کو راستہ ضرور دکھا سکتا ہے۔ جیسے کہ ہم آپ کو سکھانے جا رہے ہیں۔

مایئز فتنیس حال (Present) میں جینے کا فن۔

(حسابی ہے)



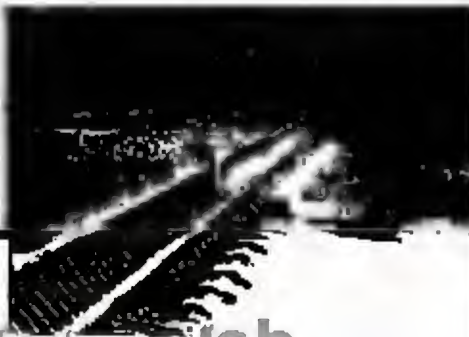
خدا کے لئے ہر شے قربان کر دینا

ارے ارے دوستو! لفظ مشق سے قطعی طور پر گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ کوئی بہت زیادہ ہاتھ پیر ہلانے والی یا پہلوانی کی مشقیں قطعی طور پر نہیں۔ بلکہ یہ تو مختلف مراقبوں اور سانس کی مختلف طریقوں کی مشقیں ہیں۔ اس سکے لیے کسی آلات یا مشینری کی نہیں بلکہ خود آپ کی ضرورت ہے۔ آپ باقاعدگی سے ان مشقوں کا مطالعہ کیجئے جو ہم آپ کو بتاتے جائیں گے اور آپ بتائی جانے والی ہدایات پر عمل کرتے جائیے۔ آپ کی روزانہ کی موجودگی وقت گزرنے سکے ساتھ ساتھ آپ میں صحیح ہونے کی خواہش، جستجو اور ثابت قدمی بھی پیدا کرتی چلی جائے گی۔ انشاء اللہ

تو یہ ہے مایئز فتنیس کا مختصر تعارف....  
انشاء اللہ آنے والے ایو اب میں ہم مایئز فتنیس کی مشقیں ان کی اقداریت اور بیماریوں سے علاج سے آپ کو آگاہ کریں گے۔ اس زندگی کو خوب سے خوب تر، صحت مند، کامیاب اور پربہر طور گزارنا سیکھیے، اس دنیا میں زندگی کو بہتر طور پر اور

### چین کے ڈیم نے بجلی پیدا کرنے کا عالمی ریکارڈ قائم کر دیا

دنیا کے سب سے بڑے چینی "تھرین گارجز" ڈیم نے سالانہ بجلی پیدا کرنے کا نیا عالمی ریکارڈ قائم کر دیا۔ دریائے یانگ تی پر 19 ستمبر 2013ء کو قائم ہونے والے ڈیم کے بجلی گھر سے 2014ء میں مجموعی طور پر 98.8 ارب کلووات اور بجلی پیدا ہوئی۔ اس سے پہلے یہ ریکارڈ 2013ء میں برازیل میں "ایٹاپو" کے نام تھا۔ تھرین گارجز ڈیم کارپوریشن کی جانب سے جاری بیان میں بتایا گیا کہ ڈیم سے پیدا ہونے والی توانائی چار کروڑ نوے لاکھ ٹن کوئلہ جلانے جتنی ہے۔ بیان کے مطابق اس طرح ڈیم کے ذریعے دس کروڑ ٹن کاربن ڈائی آکسائیڈ خارج ہونے سے بچے۔





## جسٹس رانا بھگوان داس انتقال کر گئے

پاکستان کی سپریم کورٹ کے سابق جسٹس رانا بھگوان داس 23 فروری 2015ء کو 73 سال کی عمر میں کراچی میں انتقال کر گئے۔

مرحوم طویل عرصے سے دل کے عارضے میں مبتلا تھے۔ رانا بھگوان داس پاکستان کے پہلے ہندو اور دوسرے غیر مسلم جج تھے جو سپریم کورٹ کے جسٹس بنے۔ رانا بھگوان داس صوبہ سندھ کے ضلع لاڑکانہ کے شہر نصیر آباد میں دسمبر 1942ء کو پیدا ہوئے۔ انہوں نے اسلامک سٹڈیز میں پوسٹ گریجویٹ ڈگری حاصل کی۔ رانا بھگوان داس آئینی ماہر مانے جاتے تھے۔ رانا بھگوان داس پہلے سندھ ہائی کورٹ کے جج مقرر ہوئے بعد ازاں آپ سپریم کورٹ کے جج بنے۔ آپ نے پاکستان کے قائم مقام چیف جسٹس کے فرائض بھی انجام دیے۔ ریٹائرمنٹ کے بعد رانا بھگوان داس کو نومبر 2009ء میں فیڈرل پبلک سروس کمیشن کا چیئرمین مقرر کیا

گیا۔ اس عہدے پر وہ 2012ء تک تعینات رہے۔ پاکستان سے محبت، اپنے پیشے سے اخلاص اور دیانتداری کے باعث انہیں ہر طبقے اور طبقے میں احترام کی نظر سے دیکھا جاتا ہے۔ ان کا انسانیت کی خدمت پر مکمل یقین تھا۔ ایک تقریب کے دوران انہوں نے کہا تھا کہ لوگ مجھے ہندو سمجھتے ہیں، میں ہندو ہوں نہ مسلمان میرا مذہب انسانیت ہے۔ وہ اپنے کردار کے حوالے سے بہت سے مسلمان بچوں سے بہتر تھے۔ ان کے دامن پر کرپشن کا کوئی داغ نہیں ہے۔ ان کو جاننے اور سننے والے ان کی سادہ زندگی کی تعریف کرتے ہیں۔ ان کی وفات سے پیدا ہونے والا انخلا طویل عرصے تک پر نہیں ہو سکے گا۔ وہ ایماندار و کلماء بچوں اور نوجوانوں کیلئے ایک رول ماڈل تھے۔

رانا بھگوان داس ایک شاعر بھی تھے۔ رانا بھگوان داس نے پیغمبر اسلام حضرت محمد ﷺ کی شان میں نعتیں بھی لکھیں ان کی ایک نعت مندرجہ ذیل ہے۔

نبی مکرم شہنشاہ عالی  
ہے اوصاف ذاتی و شان کمالی  
جمال دو عالم تری ذات عالی  
دو عالم کی رونق تری خوش جمالی  
خدا کا جو نائب ہوا ہے یہ انسان  
یہ سب کچھ ہے تیری ستودہ خصالی  
تو فیاض عالم ہے داتائے عظیم  
مبارک ترے در کا ہر ایک سوالی  
نگاہ کرم ہو نواسوں کا صدقہ  
ترے در پہ آیا ہوں بن کے سوالی  
تجھے واسطہ حضرت فاطمہ کا  
میری لاج رکھ لے دو عالم کے والی





# انٹرمیڈیٹ مدرسہ و خانقاہ سے غم ناک

تین مختلف فرقوں سے تعلق رکھتی تھیں۔ عمر خیام سنی تھا، نظام الملک طوسی شیعہ اور حسرت مینا صلیح اسماعیلی۔ نیشاپور کے جس مدرسے میں یہ تینوں اکٹھے تعلیم حاصل کرتے تھے وہ امام موفق چلاتے تھے جن کا تعلق شافعی مسلک سے تھا۔

کیا آج مختلف مسالک کے طالب علم ایک ہی مدرسے میں تعلیم حاصل کرنے کا سوچ

ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عمل، مختلف محکموں میں ملکی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تمام سب جن مدارس سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش امام اور سودن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔

بھی سکتے ہیں؟

اندلس اور مراکش سے آسام تک جس خطے میں اسلام کو فروغ حاصل ہوا اس نے ایک خاص تہذیب پیدا کی، جسے اسلامی تہذیب کہا جاتا ہے۔ دہلی بازو کے مفکر اس تہذیب پر ناز کرتے ہیں اور عام مسلمان جب نشاۃ الثانیہ کی بات کرتا ہے تو اس کا خواب یہی ہوتا ہے کہ اسلامی تہذیب کا وہ سنہرے دور پھر سے لوٹ آئے۔

فقہاء، علماء اور صوفیاء نے تولدوں کی بڑی تعداد کو مسلمان کیا تھا، مگر اس تہذیب کی خوب صورتی اس کے فن کاروں، شاعروں، معماروں، مفکروں، سائنس دانوں، قالین بافوں، ظروف سازوں اور ہنر مندوں کی مہربانی منت تھی۔ ان سب نے مدرسوں

عہد حاضر کے معروف گلشن نگار امین معطوف نے اپنے ناول "سرقند" میں تین عظیم مسلم شخصیات اور ان کی بچپن کی، حقیقی یا فرضی، دوستی کا ذکر کیا ہے۔ عمر خیام ایک مشہور ہست دان اور ریاضی دان تھا، لیکن بعد کے زمانے میں وہ اپنی ان فارسی زبان حیات کے سبب زیادہ مشہور ہوا جو وہ

شاید تفریح طبع کے طور پر لکھتا تھا۔

نظام الملک طوسی مشہور بادشاہ الپ ارسلان کا وزیر بنا اور اس نے نظام الملک پر "سیاست نامہ" جیسی اہم کتاب لکھی۔

حسن صلیح نے قلعہ الموت میں ایک خطرناک گروہ شیشیہ کی بنیاد ڈالی جو سیاسی اور مذہبی بنیادوں پر اپنے مخالفین کو قتل کرتے پھرتے تھے۔

تینوں ایک ہی عہد میں زندہ تھے۔ وہ ایک ہی جماعت یا درجے میں پڑھتے تھے یا نہیں، اس بارے میں کہانی تو موجود ہے لیکن یقین سے کچھ نہیں کہا جاسکتا۔ البتہ یہ طے ہے کہ تینوں نے نیشاپور کے ایک ہی مدرسے سے تعلیم حاصل کی۔ میں جس بات کی جانب توجہ دلانا چاہتا ہوں وہ یہ ہے کہ یہ تینوں شخصیات اسلام کے

کشف رضا



میں ہی تعلیم پائی تھی۔

مستثنیات تو شاید موجود ہوں، لیکن ہمارے آج کل کے مدارس نے کتنے فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنرمند پیدا کیے ہیں۔ کیا یہ درست نہیں کہ ایک مدرسے میں پڑھنے والا طالب علم یا تو پیش نام بننا ہے یا عربی اور دینیات کے حاصل کردہ علم کی بنیاد پر کسی یونیورسٹی سے ڈگری حاصل کرتا ہے یا کوئی چھوٹا نمونہ کام کرتا ہے۔ وہ مدارس جو اپنے معاشرے کو علماء، فقہاء، اور صوفیاء کے ساتھ ساتھ فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنرمند بھی فراہم کرتے تھے آج ایسے ہی دست کیوں رہ گئے....؟

ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عمال، مختلف محکموں میں چلی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تجارت سب جن مدارس سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش نام اور موزن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔ ان مدارس کے کارپردازوں سے کہیں کوئی فنی تو نہیں ہو گئی؟ کیا ماضی میں کسی موقع پر وہ اپنی سمت تبدیل کر سکتے تھے....؟

اسلام کے ابتدائی دور کے مدارس بالکل سادہ تھے۔ وہاں صرف قرآن وحدیث کی تعلیم دی جاتی تھی جب کہ زندگی گزارنے کے ذہب عرب قبائل اپنے طور سے سیکھتے تھے۔ اموی اور اس کے بعد عباسی دور میں مسلمانوں کا دیگر اقوام سے رابطہ بڑھا تو ان کے علوم سے بھی رغبت پیدا ہوئی۔ یونانی زبان سے تراجم نے مسلمانوں کو فلسفے کی بھی چٹ لگا دی۔ مذہبی عقائد اور فکر کو عقل و منطق کی کسوٹی پر

پرکھنے کے لیے علم الکلام سامنے آیا۔ مسیحی علماء نے اسی سے ملنے ملتے علم کا نام تھیولوجی اور سکولیسٹی سزم رکھا تھا۔

اس دور کے مسلمان ایک فاتح قوم تھے۔ لیکن یونانی اور رومی دماغوں کی تخلیقات دیکھ کر وہ متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے تھے۔ اس غیر مذہبی فکر کا اثر مسلمانوں کی مذہبی فکر پر بھی پڑا اور وہ مدارس جہاں سادہ سی تعلیم دی جاتی تھی، اب وہاں منطق اور فلسفے نے بھی بار پالیا۔

مدارس کے نصاب میں دلتا فوٹا ہونے والی تبدیلیوں کا ایک جائزہ خود برصغیر کے مدارس کے نصاب میں ہونے والی تبدیلیوں سے بھی لگایا جاسکتا ہے۔ مولانا ابوالحسنات ندوی نے اپنی کتاب ”ہندوستان کی قدیم اسلامی درس گاہیں“ میں اسلامی مدارس کے نصاب کے پانچ ادوار بتوائے ہیں۔ نصاب میں درجہ بہ درجہ تبدیلیاں کرنے والوں میں اکبری دور کے ملا فتح اللہ شیرازی اور خانم گیری دور کے ملا نظام الدین کے نام خاص طور سے قابل ذکر ہیں۔ نصاب میں تبدیلیوں کی بدولت انیس سو بائیس تک آتے آتے ”معتولی علوم“ پر مبنی کتابوں کی تعداد اکیاون ہو گئی جب کہ شرعی علوم کی کتابوں کی تعداد اٹھارہ رہ گئی۔ مگر ہم جانتے ہیں کہ اس سے پچاس برس پہلے ہی سرسید احمد خان مسلمانوں کے لیے مغرب کے ماڈل پر اسکول، کالج اور یونیورسٹیاں بنانے کی تحریک شروع کر چکے تھے اور مسلمانوں کے بہترین دماغ اب انھی اداروں سے نکل رہے تھے۔

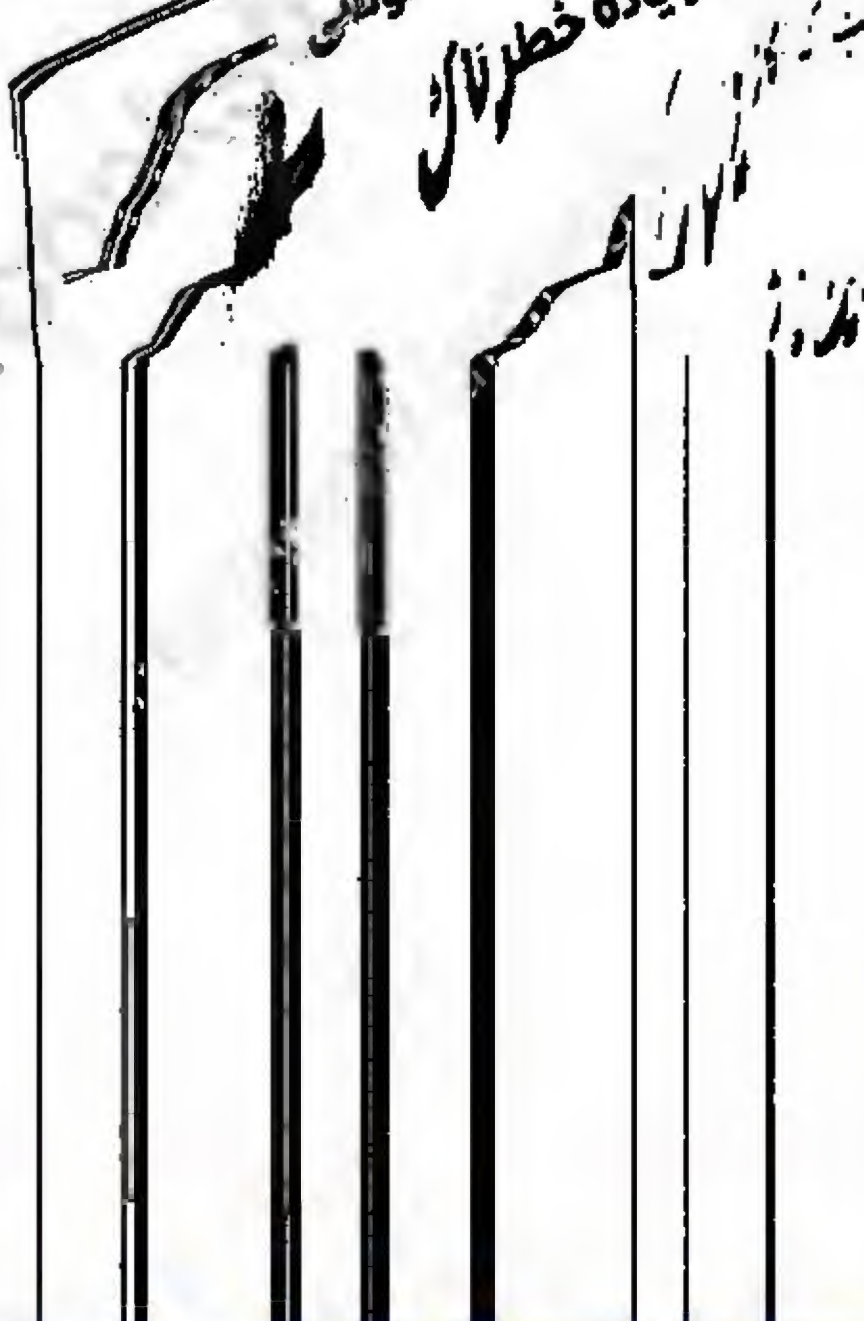
سانحہ یہ ہے کہ وہ مسلمان جنہوں نے اپنے عروج کے زمانے میں پیروی مغربی کرتے ہوئے علم

تعلیم و تربیت



اس کا ایک اور پیرا ہے اور ہم پر ظلم کریں گے تو ہم  
 جسے جسے ان کے خلاف مظاہرہ کر لیا کریں گے  
 اور ہم اسے خود کیش ہم پاروں کو اگر ہم اسے ہی ہم  
 و ہوں کا خون کرنے سے فراغت ملی تو ان میں سے  
 ایک آہدہ حملہ آور کبھی کبھار کسی یونین یا امریکی  
 شہرین کو مار کر لوٹ آئے ہیں حاصل کر سکے گا۔ لیکن  
 اگر ہم اپنا زوال، اپنی تیزی برداشت نہیں کر سکتے تو  
 ہم جس جدید علوم سے استفادہ کرتے ہو تو  
 کیا ہماری اپنے نصاب میں سائنس اور جدید  
 علوم کو ہی ہر جہ سے دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد  
 اپنے دور عروج میں انھوں نے معقول علوم  
 دیا تھا...؟

یوں کا دھواں سگریٹ نوشی  
 سے بھی زیادہ خطرناک



Copied From Web



# سول سوسائٹی کی جنت و جہنم

مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہو گا۔ یہ وہ زاد۔ راہ تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یاد میں قرآن پڑھ کر اور کسی کی برسی پر دعائوں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح "سول سوسائٹی" کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار چھینی جا رہی ہیں،

اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔ موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہو گئیں، انھیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک معاشرتی رہنما کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے منٹ زاوہ (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، اسے خواتین روشن کرتی ہیں اور اس کا مقصد عورت کے اس ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تانخود کے

تور 31-ب سے لیتے ہیں،

"اے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے لکھنا پڑا۔ تم سائپ کی دلکشی پر قریبت ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آ گئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دست دعا بند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بلندی کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آئندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یاد میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعائوں اور رب کے حضور التجائوں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں

اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعائوں کی ضرورت ہے۔ کوئی

مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا، یا چوروں ڈاکوؤں سے لڑتا زندگی کی بازی ہارتا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیہ تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے

اور یا مقبول جان

تور 31-ب سے لیتے ہیں،



نیکنالوجی کے میدان میں دنیا کی دیگر اقوام سے مر  
ترک کرنا ہو گا۔ اپنے پڑوسی ملک بھارت کی تر  
بھی ٹھنڈے پیٹوں برداشت کرنا ہو گا اور اسے کہڑ  
گا کہ بھائی ہم تو اپنا دین محفوظ بنا رہے ہیں، دنیا  
ترقی چھٹی کو مہارک ہو۔

امریکا اور یورپ اگر ہم پر ظلم کریں گے تو آ  
جیسے کے جیسے ان کے خلاف مظاہرہ کر لیا کریں گے  
اور ہمارے خود کش بمباروں کو اگر ہمارے ہی ہم  
ہٹوں کا خون کرنے سے فراغت ملی تو ان میں سے  
ایک آدھ حملہ آور کبھی کبھار کسی یورپی یا امریکی  
شہری کو مار کر ثواب دارین حاصل کر سکے گا۔ لیکن  
اگر ہم اپنا زوال، اپنی تذللیل برداشت نہیں کر سکتے تو  
پھر ہمیں جدید علوم سے استفادہ کرنی ہی ہو گا۔

کیا مدارس اپنے نصاب میں سائنس اور جدید  
علوم کو وہی درجہ دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد  
اپنے دور عروج میں انھوں نے معقونی علوم  
کو دیا تھا....؟



الکلام ایجاد کر لیا تھا، اپنے زوال کے زمانے میں  
ہیروئی مغربی کرتے ہوئے سائنس اور دیگر جدید علوم  
کی جانب راغب نہ ہو سکے اور نصاب میں تبدیلی کی  
کوششوں کے باوجود مغربی ماڈل کے اسکولوں سے  
بہت پیچھے رہ گئے۔ وہ مستقبل جو سرسید کو صاف نظر آ  
رہا تھا، برصغیر کے غناء کی نظرہوں سے پوشیدہ رہا۔  
انھوں نے اپنی تمام تر توانائیاں سرسید تحریک کی  
مخالفت میں صرف کیں۔ یہ اور بات ہے کہ بعد میں  
وہ ان اسکولوں کے نصاب میں بھی نقب لگانے میں  
کامیاب ہو گئے۔ لیکن یہ موضوع پھر کبھی سنی۔

اب اگر ملک میں قرون وسطی کا نظام رائج کر دیا  
جائے، سرکاری نوکریاں اور دیگر مناصب معاش کے  
لیے عربی والی کو شرط اول قرار دے دیا جائے، تو ان  
مدارس کا بول بالا ہو سکتا ہے۔ غناء کے نقطہ نظر سے  
دیکھیں تو ایسی صورت میں ہمارا دین بھی ٹک جائے گا۔  
اسلامی تصورات اس کے دل و دماغ میں راسخ ہوں  
گے اور ہم سب اپنے لیے ثواب کشیر کا بندوبست کر  
سکیں گے۔ لیکن ساتھ ہی ہمیں جدید علوم اور

## گاڑیوں کا دھواں سگریٹ نوشی

### سے بھی زیادہ خطرناک



برطانوی ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ گاڑیوں کے  
دھوئیں سے پیدا ہونے والی آلودگی سگریٹ نوشی سے بھی  
زیادہ خطرناک ہے۔ ماہرین نے سفارش ہے کہ ٹریفک سے  
بھری شاہراہوں کے پاس نئے اسکول، کیٹر سٹرز اور اسپتال  
تعمیر نہ کیے جائیں جبکہ پہلے سے آلودہ ماحول میں موجود  
اداروں میں ایئر فلٹریشن سسٹم نافذ کیا جائے۔



# عال سوسائٹی کی جنت و جہنم

مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہو گا۔ یہ دونا دو راہ تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یاد میں قرآن پڑھ کر، اور کسی کی برسی پر دعائوں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح "سول سوسائٹی" کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار چھینی جا رہی ہیں، اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔

موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہو گئیں، انہیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک "حاشرتی رواج" کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے "منت زاوہ" (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، اسے خواتین روشن کرتیں اور اس کا مقصد عورت کے اس

ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تانعوہ کے پر 31-ب سے لیتے ہیں،

"اسے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے لٹکانا پڑا۔ تم ساپ کی دلکشی پر فریفتہ ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آ گئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دست دعا بند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بلندی کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آئندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یاد میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعائوں اور رب کے حضور التجائوں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعائوں کی ضرورت ہے۔ کوئی

مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا، یا چوروں ڈاکوؤں سے لڑتا زندگی کی بازی ہارتا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیہ تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے

www.paksociety.com

28

Copied From Web



اس خاص موم عقی کا نام YAHRTZEIT

رکھا گیا ہے۔

کسی سانچے، تشدد یا بربریت میں مرسے والوں کی یاد میں موم بتیاں جلانے کا رواج بھی یہودیوں نے شروع کیا۔

جنگ عظیم دوم کے بارے میں یہودی دعویٰ کرتے ہیں کہ ان کے ساتھ لاکھ افراد قتل کیے گئے تھے۔ ان ساتھ لاکھ یہودیوں کے قتل کی یاد میں

برسائی ”یوم نشوآ“ YOM-E-NASHOAH منایا جاتا ہے اور ہر گھر، عبادت گاہ اور یہودی عمارت پر موم بتیاں روشن کی جاتی ہیں۔ موم عقی جلا کر مرنے والوں کی یاد منانے کی یہ رسم یہودیوں نے خود ایجاد کی اور اس کا ان کے دین سے کوئی تعلق نہ تھا اور نہ اس کے بارے میں کوئی احکامات موجود تھے۔

ان کی دیکھا دیکھی اس رسم کو عیسائیت نے بھی اپنایا حالانکہ اس کا کوئی تھم نہ انجیل میں موجود تھا اور نہ ہی قدیم روایات میں اس کا تذکرہ ہے۔

اس کا آغاز مشرقی آرتھوڈوکس چرچ نے اپنی عبادت سے کیا جس میں پورے کا پورا مجمع ہاتھ میں موم عقی پکڑے کھڑا ہوتا ہے۔ قربان گاہوں پر موم بتیاں روشن کی جانے لگیں، مشرقی کیتھولک اور نیکل کیتھولک بلکہ رومن کیتھولک سب کے سب موم عقی کو مسیح کی روشنی سے تعبیر کرنے لگے۔ اس رواج کو مقدس بنانے کے لیے کہا گیا کہ چرچ میں جلانے جانے والی موم بتیوں میں کم از کم 51 فیصد موم شہد کی مکھڑوں کے چھتے سے حاصل کیا جائے۔

ایسٹر کے موقع پر ایک خاص موم عقی روشن کی جاتی ہے جسے پاشل PASCHAL کہا جاتا ہے۔

شریک کر لیا۔

یوں تمہاری وجہ سے اس زمین بلکہ ہماری زندگیوں میں بھی اندھیرا چھا گیا۔ اس لیے سب تمہیں موم بتیاں روشن کر کے دنیا میں روشنی کو واپس لانا ہو گا۔“

موم عقی کو روشن کرنے اور عورت کی غفلت کی تلافی وہ یوم سبت یعنی ہفتے کے دن کے تہوار کے طور پر کرتے ہیں۔ یہ موم بتیاں جمعہ کی شام یعنی ہفتے کی رات کو روشن کی جاتی ہیں۔

عورتیں دو موم بتیاں جلاتی ہیں۔

ایک تواریت کے باب Exodus 8:20 کے مطابق جب یہودیوں کو اپنے وطن سے واپس کر دیا گیا تھا اور دوسری تواریت کی پانچویں کتاب Deuteronomy کے فقرہ 5:12 کے مطابق جن میں یوم سبت منانے کے لیے کہا گیا ہے۔

عورتیں موم بتیاں جلا کر اپنی آنکھوں کو ہاتھ سے ڈھانک لیتی ہیں۔ پھر شکر ادا کرتی ہیں کہ خدا نے ہمیں مقدس بنایا اور ہمیں سبت کی شمعیں جلانے کا حکم دیا۔ یہودیوں کا ایک اور تہوار ”ہنو کا“ HANUKAH ہے جو یہودی مہینے کزلیو KISLEV کی 25 تاریخ کو آٹھ دن کے لیے منایا جاتا ہے۔ یہ تہوار 165 قبل مسیح میں یہودیوں کی یونانی اور شامی فوجوں پر فتح کے جشن کے طور پر منایا جاتا ہے۔ اسے ”چنوا“ CHANUH یعنی روشنیوں کا تہوار بھی کہا جاتا ہے۔ ان آٹھ دنوں میں یہودی مسلسل موم بتیاں روشن کرتے ہیں۔

موم بتیاں جلانا ان کے لیے ان تہواروں تک ہی محدود نہیں، بلکہ مرسے والے کی موت کی سالگرہ کے دن بھی موم بتیاں جلائی جاتی ہیں۔

مارچ 2015ء



گھومنے والے انھی این جی اوز کے ملازم تھے یا پھر ان کے کرتادھر تھے۔ ان تمام مفت خوروں نے فکر ایک مردہ تشکیل دیا جس کا نام سول سوسائٹی ہے۔ یہ دنیا کے ہر غریب ملک میں پایا جاتا ہے۔ افریقہ میں اس کی بہتات ہے۔

یورپ میں عوام سڑکوں پر نکلتی ہے لیکن افریقہ اور ایشیا میں سول سوسائٹی۔

یہ ان کا حق ہے جس کو چاہیں روکیں یا جس پر چاہیں نہ روکیں لیکن دکھ یہ ہے کہ ان کی وجہ سے قوم پہلے اپنے شبیدوں کو بے گناہ مر جانے والوں کو، یا پھر اپنی کسی محبوب شخصیت کی یاد منانے کے لیے اکٹھا ہوتی تو اپنے پیر درد گار سے دست بردعنا ہوا کرتی تھی لیکن شاید ہم اب ان لوگوں کے لیے دعا کرنا بھی بھول جائیں گے۔

بس مہم ہوتی چلائی، تصویر بنوائی اور آرام سے سو گئے۔ صوفیاء اور اہل نظر کا عقیدہ ہے کہ ہر جمعہ کی رات ارواح اکٹھا ہوتی ہیں تو اگر کسی کی اولاد یا چاہنے والے نے اس کے لیے مغفرت کی دعا کی ہوگی، کوئی تلاوت اس کے نام سے کی ہوگی، کوئی نیکی کا کام یا رفاہ عامہ کا کام اس کے نام منسوب کیا ہوگا تو یہ اسے جہنم یا اجر کے طور پر ملتا ہے۔

ان ارواح کے نجوم میں سب سے شرمندہ اور پشیمند وہ رہتے ہوتے ہیں جس کی اولاد یا پیار کرنے والے اسے ایسا تحفہ نہیں بھیجتے۔

ہم نے زندوں کو تو مایوس کیا تھا اب ہم نے مردوں کو بھی مایوس کرنا شروع کر دیا ہے۔ اب ہمارے مردوں کے نصیب میں سول سوسائٹی کی جنت یا جہنم ہے۔



مذہبی تحریکات

سے مسیح کے ایسٹر کے دن دوبارہ زندہ ہونے کی علامت کے طور پر چلایا جاتا ہے۔

ورلڈ لریڈ سینٹر کے حادثے کے بعد موم بتیاں جلاسنے کو ایک عالمی رسم بنانے کی کوشش کی گئی۔ یہ رسم عام آدمی نے قبول نہیں کی بلکہ ہمارے معاشرے کی ایک نئی ایجاد سول سوسائٹی نے کی۔ یہ سول سوسائٹی کیا ہے....؟

اس کا تاثر پورنی دنیا کے غریب معاشرہ میں ایسا ہے جیسے ساری قوم جاہل، ان پڑھ گنوار، ظالم، متشدد اور بیہودہ ہے اور یہ چند فیشن زدہ مغرب سے مرعوب اور اپنی زبان و تہذیب سے نا آشنا لوگ ہی مہذب اور انسان دوست ہیں۔

یہ سول سوسائٹی روسی کمیونسٹ حکومت کے خاتمے کے بعد کارپوریٹ سرمائے سے بننے والی جمہوری حکومتوں نے دنیا کے غریب ملکوں میں ایک عالمی نظریہ کے فروغ کے لیے بنائی تاکہ ان کا مال بک سکے۔

پہلے کسی ملک میں حکومت ہوتی تھی اور دوسرے عوام۔ دنیا کی تمام حکومتیں اور عالمی انجمنیں حکومتوں کو قرض دیتی تھیں تاکہ وہ عوام پر خرچ کریں۔ لیکن اسی کی دہائی میں ان حکومتوں کو تنگ بیک اور عالمی رشوت خورنی کے ذریعے کہہ کر کیا گیا اور پھر ایک وسیع پیمانے پر بدنام کیا گیا تاکہ مغربی حکومتیں اور عالمی انجمنیں غریب ملکوں میں براہ راست لوگوں کو امداد دیں۔ اس کے لیے این جی اوز بنائی گئیں۔ ہر ملک کے سفارت خانے نے مدد دینے کی کھڑکی کھولی، عالمی ادارے بھی انھی این جی اوز کو گرانٹ دینے لگے۔ یہ لاکھوں روپے تنخواہ پر تعین و فخر اور بڑی بڑی انٹرنیشنل گاڑیوں میں





اس کے لیے وقف کر دی تھی۔ انہوں نے سلسلہ عظیمہ کی خواتین کے ساتھ رہ کر ان کی تربیت کی۔ وہ تمام خواتین کے ساتھ اپنی بیٹیوں کی طرح محبت کرتی تھیں اور قدم قدم پر ان کی راہنمائی کرتی تھیں۔

ای جان ایک رحم ولی اور سخی خاتون تھیں۔ وہ ضرورت مندوں اور غریبوں کے کام آتی تھیں۔ ای جان ان بستیوں میں سے تھیں جو اپنے حصے کا کھانا بھی دوسروں کو کھلا دیتے ہیں۔

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت اقدس میں ہدیہ نعت پیش کرنے کا ای جان مسلسل اہتمام فرماتیں۔ جہاں دو چار خواتین ان کے پاس جمع ہوتیں وہ فرماتیں چلو نعتیں پڑھ لیتے ہیں۔ پھر دیکھتے ہی دیکھتے ای جان کے کمرے سے نعتوں کی اور صلوات و سلام کی پر نور صدائیں آنے لگتیں۔

ای جان ہر سال ہر مہینہ نہیں بلکہ تقریباً ہر روز ہی نعت خوانی اور ہوسکے تو میلاد کا اہتمام کر لیا کرتی تھیں۔ زیر لب بھی نعت پڑھتیں۔ ذکر مصطفیٰ کے دوران ان کے آنسو بہتے رہتے جنہیں وہ خاموشی سے اپنے دھپنے کے پتوں میں جذب کرتی رہتیں۔

آج وہ ہمارے درمیان نہیں ہیں تو ان کی کمی شدت سے محسوس ہو رہی ہے۔ ایسے لگ رہا ہے جیسے

سیدہ راشدہ عفت

محترمہ سیدہ راشدہ عفت جنہیں سلسلہ عظیمہ کے اراکین اور دیگر بے شمار افراد ای جان کہتے تھے، سلسلہ عظیمہ کی اہم ستون تھیں۔ آپ پاکستان بننے سے تقریباً پانچ سال قبل پیدا ہوئیں۔

بچپن ہی سے انہیں عمل دینی ماحول ملا۔ مذہبی اور تعلیم یافتہ گھرانہ تھا، صوم و صنوف کے ساتھ پردے کی بھی پابندی تھی۔

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی شریک حیات بننے کا موقع نصیب ہوا، محترمہ راشدہ عفت اور خواجہ شمس الدین کے مابین شادی 1955ء میں ڈھاکہ میں ہوئی اور رخصتی کے بعد آپ کراچی آئیں۔ عظیمی صاحب کے ساتھ برہنہ کے حالات میں زندگی بسر کی۔ آپ نے عظیمی صاحب کے ساتھ چھپن برس کی مشترکہ زندگی میں گھر کے لئے بہت زیادہ خدمات انجام دیں۔ اللہ تعالیٰ نے انہیں پانچ بیٹے اور چار بیٹیوں سے نوازا ہے۔

ایک فداکار و مہربان زوجہ اور تمام مشکلات میں اپنے شوہر کے لئے بہترین یاد و دہکار تھیں۔ روحانی مشن کی ترویج کے لئے خدمت خلق کا یہ سلسلہ جب ایک فرد، ایک مکان سے شروع ہوا تھا تب سے آپ نے اپنی زندگی

احمد بن شہزاد



ہماری ماں ہم سے چھڑ گئی ہے۔ امی جان کو اپنے بچوں سے رخصت ہوئے دو سال ہونے والے ہیں۔ 15 مارچ 2013ء بمطابق 2 جمادی الاولیٰ آپ کا یوم وفات ہے۔

آئیے...! ہم سب مل کر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ امی جان کی مغفرت فرمائے اور انہیں جنت الفردوس میں بہت اعلیٰ مقام عطا فرمائے اور امی جان کی اولاد کو اور عقیدت مندوں کو ان کے اعلیٰ اوصاف اختیار کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین



### سیدہ سعیدہ خاتون عظمیٰ

موجودہ دور میں خواتین کی روحانی صلاحیتوں کا اور روحانی مشن کی خدمت کرنے والی خواتین کا جہاں بھی ذکر ہو گا وہاں خداداد صلاحیتوں کی حامل پاکستان سے انگلستان میں جائنے والی ایک محترم خاتون، محترمہ سعیدہ باجی کا نام یقیناً پکڑا جائے گا۔

سعیدہ باجی سلسلہ عظیمیہ کا درخشاں ستارہ تھیں... حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب جب بھی سعیدہ باجی کا تذکرہ فرماتے... آپ کی آواز شفقت کے جذبات سے پر ہوتی... کئی مواقع پر حضرت عظیمی صاحب نے فرمایا... ”اللہ تعالیٰ نے مجھے سعیدہ کی صورت میں ایک ڈیڑ ٹایلب عطا کیا ہے... میں اس کے لئے ذلت بھری تعالیٰ کا بہت سی شکر گزار ہوں“...

سعیدہ خاتون کی پیدائش نومبر 1938ء میں ٹاٹور شہر کے علاقے ”بڑا نعل صاحب“ کے ایک سادات گھرانے میں ہوئی۔ والد محترم کا نام سید نظام علی جبکہ والدہ چھوٹی باجی کے نام سے مشہور تھیں۔ سید نظام علی نے ہندوستان کے معروف روحانی بزرگ حضرت بابا

تانج الدین ٹاٹوری کا آخری دروپا۔ نظام علی اپنے پاکیزہ کردار اور شرافت کی وجہ سے نہایت قدر و منزلت کی نگاہ سے دیکھے جاتے تھے۔ ایک روز ان کے والد اپنے دوستوں کی ہمراہ تانگے پر سوار ٹاٹور کے بازار سے گزر رہے تھے کہ اچانک لوگوں میں شور مچ گیا۔ بابا تانج الدین آ رہے ہیں... اس وقت ٹاٹور کیا، پورے ہندوستان میں بابا تانج الدین کی کرامات کا چرچا تھا... جب بابا تانج الدین شہر میں نکلے تو آپ کے پیچھے لوگوں کا ایک جھوم ساتھ چلا کرتا تھا... اس وقت بھی بازار کے لوگ کام چھوڑ کر بابا صاحب کی طرف متوجہ ہو گئے... تانگے والے نے بھی تانگہ روک لیا... بابا تانج الدین غیر متوقع طور پر تانگے کے قریب آئے... آپ کے ہاتھوں میں کیلوں کا ایک گچھا تھا... کیلے کا یہ گچھا بابا تانج الدین نے سعیدہ خاتون کے والد کی طرف بڑھایا اور اپنے مخصوص انداز میں فرمایا ”لے کھائے... تیری اولاد نیک ہوگی“... اللہ تعالیٰ نے

نظام علی کو ہر صابجہ اداوں اور سات صابجہ اداؤں سے نوازا۔ دونوں صابجہ اداؤں سے اولادوں میں سب سے بڑے تھے۔ سعیدہ باجی کا نمبر بیٹوں میں چوتھا تھا۔

نظام علی دوسری جنگ عظیم کے دوران یورپ میں پانچ سال مقیم رہے۔ سعیدہ باجی تقسیم ہندوستان سے 15 روز پہلے ہی بڑے بھائی اور بڑی بہنوں کے ہمراہ پاکستان آئی تھیں کیونکہ بڑے بھائی کا تہاولہ کراچی میں ہو گیا تھا۔ نظام علی، چھوٹی باجی اور سعیدہ باجی کی چھوٹی بیٹیاں آزادی کے ایک ماہ بعد آئے۔ سعیدہ خاتون ان میں زیر تعلیم تھیں کہ ان کے لیے عبدالمعین بڑا صاحب کا رشتہ آیا اور سعیدہ باجی حفیظ بھائی کے ساتھ رشتہ ازدواج میں منسلک ہو گئیں۔ سن 1960ء



اولیٰ میں سعیدہ خاتون حفیظ بھائی کے ساتھ مانچسٹر چلی گئیں اور تادم آخر وہیں مقیم رہیں۔

سعیدہ باجی اپنے نام کی طرح ایک سعید روح تھیں والدین کے لئے صالح بیٹی، بڑے بہن بھائیوں کے لئے فرمانبردار بہن اور چھوٹوں کے لئے سراپا محبت ہستی..... اپنے بچوں کی تعلیم و تربیت میں بھی شفقت و محبت نمایاں تھی۔ تربیت کے معاملے میں موقع کی مناسبت سے سختی سے بھی پیش آتی تھیں۔ بچوں کی تربیت میں وہ سونے کے جھجکے سے کھلانے اور عقاب کی نھروں سے دیکھنے پر یقین رکھتی تھیں۔

سعیدہ خاتون کو بچپن ہی سے اللہ سے قربت اور غیب کی دنیا کے حقائق جان لینے کی جستجو رہی.... یہ جستجو انہیں قدرت کی توفیق سے ملتی تھی، چنانچہ اس کی تکمیل کے لئے راستے بھی کھلتے چلے گئے.... روحانی حواس بیدار ہوتے تو ان پرستے سے راز کھینچنے لگے۔ سعیدہ خاتون جو محسوس کرتیں اسے قلمبند کر لیا کرتیں.... اور وقتاً فوقتاً اپنی بڑی بہن کو ارسال کر دیا کرتیں.... دسمبر 74ء میں روحانی ڈائجسٹ کا اجراء ہوا۔ سعیدہ باجی کی بہن جو کراچی میں مقیم تھیں، روحانی ڈائجسٹ کے شمارے ان کی نگر سے گزرے تو انہوں نے سعیدہ باجی کی واردات و کیفیات چٹ ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو ارسال کر دیں۔

روحانی ڈائجسٹ مئی 1979ء کے شمارے میں پہلی مرتبہ سعیدہ باجی کی روحانی کیفیات "واردات" کے زیر عنوان شائع ہونا شروع ہوئیں.... یوں روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے ساتھ آپ کا قلمی رشتہ بن گیا.... پھر روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر آپ کی وقتاً

وقتاً تحریریں شائع ہوتی رہیں۔ سعیدہ باجی نثر و نظم میں منفرد انداز کی حامل تھیں۔ سعیدہ خاتون نے نثر کے ساتھ ساتھ نظم و غزل میں بھی اپنے خیالات اور کیفیات و مشاہدات کو رقم کیا۔ مختلف پروگراموں کی رپورٹس بھی تحریر کیں۔

سعیدہ خاتون عظیمی کے مضامین، واردات و کیفیات، سفرنامے، قسط وار کہانیاں بعد میں کتابی صورت میں بھی شائع ہوئیں، جن میں روحانی ڈائری، روح کہانی، اندر کا مسافر، خوشبو، جوگن، رو میں بولتی ہیں، قدیں، گیارہ ہزار فریکوئنسی، قرآن اور تصوف، مراقبہ کی اقسام اور معرفت عشق شامل ہیں۔

روحانی ڈائجسٹ کے مطالعے نے آپ کے دل پر بے حد اثر کیا اور آپ نے حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو خط تحریر کیا.... الشیخ عظیمی صاحب نے جواب میں اجتماعی مراقبہ کرانے کی اجازت دی.... سعیدہ باجی نے مانچسٹر انگلینڈ میں اپنے گھر پر محفل مراقبہ کا آغاز کیا تو ابتداء میں چند ملنے جلنے والے ہی اس محفل میں شریک ہوا کرتے.... 1983ء میں حضرت عظیمی صاحب انگلینڈ تشریف لے گئے اور مراقبہ ہالی کا باقاعدہ افتتاح فرمایا.... اس روز سے سعیدہ خاتون کی مصروفیات میں اضافہ ہو گیا اور دیکھتے ہی دیکھتے ان کی عمرانی میں انگلینڈ کے دیگر شہروں میں بھی مراقبہ ہال قائم ہونے لگے.... 1991ء تک لندن، بڑھنہم، بریڈ فورڈ، ہڈرز فیلڈ اور گلاسگو میں سلسلہ عظیمیہ کے تربیت یافتہ اراکین مراقبہ ہال کے تحت روحانی مشن کی خدمات انجام دے رہے تھے.... آپ اکثر اپنے شوہر عبدالغنیظ بنت کے ہمراہ کراچی میں حضور قلندر بابا اولیائی کے عرس مبارک کی مرکزی تقریب میں



سانہ عاطفت سے محروم ہوئے۔ سعید وہابی جیسی مشن سے کمنٹ منٹ رکھنے والی سب لوٹ اور خدا و املاقیوں کی حامل بستیاں بہت کم ہوتی ہیں۔

سعیدہ خاتون:.... خصوصاً خواتین کے لئے ایک مثالی کردار ہے۔ ایک کردار جو خواتین کو رہنمائی فراہم کرتا ہے کہ ایک عورت اپنی گھریلو اور معاشرتی ذمہ داریوں کے ساتھ کس طرح راہ سلوک میں بھی کامیابیوں کے دروازے کھول سکتی ہے۔

سعیدہ وہابی نے ثابت کر دکھایا ہے کہ روحانی اور دنیاوی تقاضوں کو کس طرح متوازن اور معتدل انداز میں پورا کیا جاسکتا ہے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ ان کی خدمات قبول ہوں۔ ان کی مغفرت ہو اور انہیں منت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا ہو۔ آمین۔



شرکت کرتیں.... پاکستان کے دیگر شہروں میں بھی آپ کو خطاب کے لئے مدعو کیا جاتا.... وہ گزشتہ اڑتیس سال سے انگلینڈ میں مقیم تھیں.... سعیدہ خاتون کی کوششوں سے اور اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے سالفورڈ یونیورسٹی میں ڈیپارٹمنٹ آف Rehabilitation میں حضور قلندر بابا اولیاء کی تصنیف ”عروج و قلم“ کا انگریزی ترجمہ اور حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی کتابوں کے انگریزی ترجمے کو بی ایس سی آنرز کے کورس میں شامل کر لیا گیا.... سعیدہ خاتون 1999ء میں سالفورڈ یونیورسٹی کی وزٹنگ پروفیسر مقرر ہوئیں....

محترم سعیدہ وہابی 23 مارچ 2003ء برطانیہ کے شہر مانچسٹر میں انتقال کر گئی تھیں۔ سعیدہ وہابی کے انتقال سے خاص طور پر برطانیہ میں مقیم عظیمی بہن بھائی بہت محبت کرنے والی بہن ماں جیسی شفیق ہستی کے

### نسکی کبھی صانع نہیں جاتی....

برصغیر شہر پریسن کی سڑکوں پر رات گزارنے والے ایک بے گھر شخص کی بیوی نے ایک طالبہ کو اس قدر متاثر کیا کہ اس کے احسان کا بدلہ ادا کرنے کے لیے طالبہ نے لاکھوں روپے کا فنڈ جمع کر لیا ہے۔ یونیورسٹی آف لکازائر کی طالبہ ہائیس سالہ ڈوینگ ہیرسن کہتی ہیں کہ ایک رات تاخیر سے گھر واپس آتے ہوئے انہیں احساس ہوا کہ وہ اپنی رقم کھو چکی ہیں۔ جب وہ پریشان حالت میں سڑک کنارے کھڑی تھیں تو رہی نامی مظلومہ الخال شخص ان کے پاس آیا اور جب اسے معلوم ہوا کہ وہ رقم کھو جانے کی وجہ سے پریشان ہیں تو اس شخص نے اپنے پاس موجود کل رقم تین پاؤنڈ نو روپے لیے پیش کر دیے۔ ہیرسن کہتی ہیں کہ رہی نے اپنی کل رقم پیش کرتے ہوئے حفاظت گھر پہنچنے کی تاکید کی تو ان کا بلی بھر آیا کہ یہ شخص خود سڑک پر خالی ہاتھ رات گزارے گا لیکن اس کا دل کتنا جبربان ہے۔ انہوں نے گھر واپس آتے ہی فیس بک پر یہ واقعہ اپنے سب دوستوں کو بتایا اور سب سے اپیل کی کہ وہ صرف تین پاؤنڈ کا عطیہ فراہم کریں تاکہ وہ نیا گھر خریدنے میں رہی کی مدد کر سکیں۔ ہیرسن نے محض دو ہفتے میں 13,000 پاؤنڈ جمع کر لیے ہیں اور اب رہی کے گھر کے لیے اپنی قسط جمع کروانے کے لیے تیار ہیں۔ اس دل گداز واقع سے لوگ اس قدر متاثر ہوئے ہیں کہ ہیرسن کے دوستوں کے علاوہ سب شہر دیگر لوگ بھی عطیات بھیج رہے ہیں۔

پاکستان سوسائٹی

Copied from Web





# میلے خوش فستے دستیاب ہے!



جاپان میں ہاتھوں  
کی لکیریں بدلنے  
کا کام تسلی بخش  
کیا جاتا ہے۔



دست شناسی یوں تو ساری دنیا میں مقبول ہے،  
لیکن جاپانی اس فن پر بہت زیادہ یقین رکھتے ہیں۔  
جاپان میں لوگ مشینی زندگی گزارتے ہیں اور بڑی  
مشکل سے دوسروں کے لیے وقت نکال پاتے ہیں۔  
اس مشینی زندگی نے انسان کو انسان سے دور کر دیا  
ہے۔ کل کی فکر نے لوگوں کو ذہنی کمزوری کا شکار بنا دیا  
ہے، جاپان میں خود کشی کی شرح دنیا کے دیگر ممالک  
سے زیادہ ہے۔ بچتا پھولتا کاروبار، پرقش زندگی اور  
خوبصورت جیون سائنس ہر کسی کی خواہش ہوتی ہے۔  
ان چیزوں کے حصول کے لیے انسان محنت کرتا ہے،  
لیکن محنت کے باوجود اگر اس کی آرزوئیں پوری نہ  
ہوں تو وہ شارٹ کٹ تلاش کرتا  
ہے۔ یہ شارٹ کٹ یا تو اسے جرم  
کی دنیا میں لے جاتا ہے یا خواہوں کی دنیا کی  
سیر کرواتا ہے۔

جاپانی، پامسٹری (دست شناسی) پر بہت زیادہ  
یقین رکھنے والی قوم ہے۔ اپنی قسمت کا حال جاننے  
کے لیے وہ کثیر سرمایہ خرچ کرتے ہیں۔ جاپان میں  
ستے دست شناس بھی 70 امریکی ڈالر سے کم فیس  
نہیں لیتے۔ بہت سے جاپانی اپنے ہاتھ کی لکیروں سے

کوئی دست شناس آپ کے ہاتھ کی لکیریں دیکھ  
کر کہے کہ آپ بڑے بد قسمت ہیں تو پریشان ہونے  
کی ضرورت نہیں، اب پام سرجری (Palm  
Surgery) کی مدد سے سرجن آپ کی قسمت کی  
لکیریں آپ کی پسند کے مطابق چھوٹی بڑی یا کم  
زیادہ کر سکتا ہے۔

دست شناسی (پامسٹری) ایک قدیم فن ہے۔  
اس فن کا ماہر (دست شناس)  
ہاتھوں کی لکیریں دیکھ کر لوگوں  
کے مستقبل کی پیش گوئی کرتا ہے، شادی ہوئی یا  
ساری زندگی کنوارا ہی رہنا پڑے گا، کاروبار کیسا چلے  
گا، اولاد کتنی ہوگی زندگی آرام و سکون سے کئے گی یا  
حادثات و مصائب گھیرے رہیں گے۔

دست شناسی کی حقیقت سائنس تسلیم نہیں  
کرتی، لیکن عوام کی اکثریت ان لکیروں کا فقیر بنے  
رہنے میں خوشی محسوس کرتی ہے۔



سے جھوٹے لگتا ہے۔ جب کسی جاپانی کے ہاتھ کی لکیں خراب قسمت کی گواہی دیتی ہیں تو وہ سخت مایوسی میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اسی مایوسی نے جاپانیوں کو پام سرجری کی راہ بھائی۔ ہوا یوں کہ ٹوکیو کے ایک پلاسٹک سرجن ڈاکٹر تاکاکی ماتسودا (Takaaki Matsuoka) کے کلینک پر جنوری 2011ء کو ایک خاتون آئی اور ان سے ایک اچھوتی فرمائش کرتے



ہوئے کہا کہ وہ اپنی قسمت بدلنے کے لیے ہاتھ کی لکیں بدلوانا چاہتی ہیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کو پہلے تو یقین نہیں آیا کہ وہ یہ کام کر پائیں گے۔ انہوں نے طبی جریدے کھنگالے تو ان پر انکشاف ہوا کہ ایسی ہی چند سرجریز کوریا میں ہو چکی ہیں۔ انہوں نے اس کے طریقہ کار کو غور سے پڑھا اور پھر خاتون کی پسند کے مطابق اس کے ہاتھ کی لکیں بدل دیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کا کہنا ہے کہ یہ لکیں صرف برقی ہلیڈ کی مدد سے ہی بنائی جاسکتی ہیں۔ اگرچہ لیزر اور عام ہلیڈ بھی اس کام میں استعمال کیے جاسکتے ہیں، لیکن ان سے بنائی گئی لکیں واضح نہیں ہوتیں اور نہ ہی قدرتی دکھائی دیتی ہیں۔

پام سرجری تکلیف دہ عمل نہیں ہے۔ پندرہ منٹ میں اپنی پسند کی پانچ سے دس لکیں پ آسانی بنوائی جاسکتی ہیں۔ پام سرجری کرنے والے سرجنوں کو دست شاسی کے علم سے بھی واقفیت ہونی چاہیے، انہیں یہ پتا ہونا چاہیے کہ قسمت کی لکیروں میں شاسی کاروبار، یا خوش بختی کی لکیروں کون کون سی ہیں۔

ڈاکٹر تاکاکی ماتسودا کا ایک ماہر پلاسٹک سرجن ہیں جو نہ صرف لوگوں کے ہاتھ کی لکیں بدلنے کا ہنر جانتے ہیں بلکہ دست شاسی سے بھی تھوڑا بہت شغف

خوش نہیں۔ وہ سمجھتے ہیں کہ ان لکیروں کی وجہ سے ان کی قسمت ان کا ساتھ نہیں دے رہی اور کامیابی انہیں چھو کر گزر جاتی ہے۔

جاپانی پام سرجری کی مدد سے اپنی قسمت "اپنے ہاتھ" سے بدلنا چاہتے ہیں۔ وہ آپریشن کے ذریعے اپنے ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے، انہیں مٹانے یا نئی لکیں بنوانے کے خطہ میں مبتلا ہو رہے ہیں۔ بے شمار جاپانی سمجھتے ہیں کہ اس طرح ان کا مستقبل روشن ہو جائے گا۔ پام سرجری دراصل 15 منٹ کا ایک چھوٹا سا آپریشن ہوتا ہے، جس میں سرجن ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے یا نئی لکیں بنانے کے لیے ایک برقی ہلیڈ (Electric Scalpel) استعمال کرتا ہے۔ اس ہلیڈ سے جلد کی مطلوبہ جگہ جلائی جاتی ہے۔ چلنے کے نشانات ایک ماہ تک رہتے پھر ان کی جگہ لکیں بن جاتی ہیں، جو مٹائی نہیں جاسکتیں۔ اس آپریشن کی فیس عموماً ایک ہزار امریکی ڈالر ہے۔

زیادہ تر جاپانیوں کا خیال ہے کہ ان کی زندگی میں خوش قسمتی اور بد بختی کا انحصار ہاتھ کی لکیروں پر ہے۔ جب کوئی جاپانی اپنی قسمت کا حال جاننے کے لیے کسی دست شاس کے پاس جاتا ہے اور وہ ہاتھ دیکھ کر اسے اچھی قسمت کی خوش خبری دیتا ہے تو وہ خوشی

میں ہاتھ کی لکیں





رکھتے ہیں، اسی لیے وہ اپنے کلائسٹس میں بہت مقبول ہیں۔ پام سرجری کے شائقین اپنے ہاتھوں پر زیادہ تر خوش قسمتی، دولت اور شادی کی لکیریں بنوانا پسند کرتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کا یہ بھی خیال ہے کہ اس سرجری سے بنا کی جانے والی لکیریں چونکہ قدرتی نہیں ہوتیں اس لیے اس سے انسان کی قسمت نہیں بدلتی اور نہ ہی مستقبل پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ زیادہ تر جاپانی خواتین اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانا

پسند کرتی ہیں۔ جب کسی لڑکی کو دست شناس یہ بتاتا ہے کہ اس کے ہاتھ پر شادی کی لکیر نہیں ہے تو وہ بہت پریشان ہو جاتی ہے۔ اسے اپنے مسئلے کا حل پام سرجری میں نظر آتا ہے۔ یہ خواتین اس وہم میں مبتلا رہتی ہیں کہ ہاتھ پر شادی کی لکیر نہ ہونے کی وجہ سے وہ عمر بھر کنواری بیٹی رہیں گی۔ پام سرجری کروانے والی زیادہ تر خواتین اپنے ہاتھ میں شادی کی لکیر بنوانا پسند کرتی ہیں، جبکہ مرد حضرات دولت میں اضافہ اور کورو بار میں ترقی کی لکیر بنوانے میں زیادہ دلچسپی رکھتے ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی نے پچھلے برس تیس ایسی خواتین کے آپریشن کیے، جو اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانے ان کے پاس آئی تھیں۔ وہ کہتے ہیں کہ بعض خواتین کے ہاتھ میں شادی کی ایک لکیر ہوتی ہے اور ان کی پہلی شادی ناکام ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے وہ شادی کی دوسری لکیر بنواتی ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی خود بھی اس پر یقین نہیں رکھتے کہ ان کے لکیر بنانے سے لوگوں کی قسمتیں بدل جاتی

ہیں، لیکن چونکہ سرجری ان کا پیشہ ہے، اس لیے وہ ان باتوں سے قطع نظر صرف اپنے ”مریض“ کی پسند کے مطابق ان کی سرجری کر دیتے ہیں۔ ڈاکٹر تاکا کی کہتے ہیں کہ انسان کو ہمیشہ مثبت انداز میں سوچنا چاہیے۔ پام پلاسٹک سرجری کے بارے میں ان کا کہنا ہے کہ یہ ایک طرح کا ”پلاسیبو ایفیکٹ“ ہے یعنی دوا کے طور پر دیا جانے والا ایک بے ضرر مواد، جسے کھانے سے مریض کو اطمینان ہوتا ہے کہ وہ ٹھیک ہو جائے گا۔ ان کا کہنا ہے کہ جب انسان سوچتا ہے کہ وہ خوش قسمت ہے تو بعض اوقات واقعی اس کی قسمت چمک جاتی ہے۔ وہ یہ بھی کہتے ہیں کہ بالآخر اگر لکیریں بدلنے سے آپ کی قسمت نہیں بدلتی تو اگر آپ قسمت بدلنے کا ارادہ کر لیں اور اس کے لیے تھوڑی تکلیف اٹھائیں تو یقیناً آپ اپنی زندگی بدل سکتے ہیں۔ دست شناسوں (Palm Readers) کا ماننا ہے کہ پام سرجری متعارف ہونے سے پہلے خرابی قسمت کے مارے اپنے ہاتھ پر قلم سے خود ہی خوش قسمتی کی لکیریں بنا کر اس خوش فہمی میں مبتلا ہوتے تھے کہ

ڈاکٹر تاکا کی نے پچھلے برس تیس ایسی خواتین کے آپریشن کیے، جو اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانے ان کے پاس آئی تھیں۔ وہ کہتے ہیں کہ بعض خواتین کے ہاتھ میں شادی کی ایک لکیر ہوتی ہے اور ان کی پہلی شادی ناکام ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے وہ شادی کی دوسری لکیر بنواتی ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی خود بھی اس پر یقین نہیں رکھتے کہ ان کے لکیر بنانے سے لوگوں کی قسمتیں بدل جاتی

مارچ 2015ء



اب ان کی قسمت سنور جائے گی، لیکن ایسا ہوتا نہیں تھا۔

زیادہ تر جاپانیوں کا پام سرجری پر راسخ عقیدہ بن چکا ہے۔ جن لوگوں نے پام سرجری کروائی ہے ان کا کہنا ہے کہ اس سے ان کی زندگی میں بڑا بدلاؤ آیا ہے۔ ڈاکٹر تاکا کی کہتے ہیں، ”میں نے ایک خاتون کے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنائی تو کچھ عرصے بعد اس کی شادی ہو گئی۔ دو افراد نے اپنے ہاتھوں پر قسمت کی لکیروں کو لمبا کروایا تو ان کی انعامی لائبریاں نکل آئیں اور وہ امیر ہو گئے۔“ یہ وجوہ ہے اگر کوئی سو سالہ سیاسی باوا کرنا تو شاید ہم اسے ٹھگ سمجھ کر مسترد کر دیں، لیکن یہ واقعات نوکیو کا ایک ماہر سرجن بیان کر رہا ہے، جسے خود بھی اس علم پر یقین نہیں ہے۔ اس لیے ان واقعات کو محض اتفاق کا نام دیا جاسکتا ہے۔ جیسا کہ لندن کے ایکسکلو سیو کا سیمینٹک سرجری سینٹر کے سربراہ ڈاکٹر یانکس الیگزینڈر ڈیلس (Yannis Alexandrides) کہتے ہیں، ”ہو سکتا ہے کہ پام سرجری کر دانے والے چند افراد کی قسمت اتفاق سے بدل گئی ہو لیکن یہ چیزیں اس غیر سرجیکل مداخلت کو حق بہ جانب قرار دینے کے لیے ناکافی ہے۔“

پام سرجری سے چند پیچیدہ بیماریوں میں مبتلا ہونے کا بھی قوی امکان ہے، جن میں انفیکشن اور تکلیف دہ نیروائس بیماریاں شامل ہیں۔ سائنس، پام سرجری کو نہیں مانتی، لیکن یہ بھی حقیقت ہے کہ جاپان میں اس کی مقبولیت میں رفتہ رفتہ اضافہ ہو رہا ہے اور بہت سے کلینک اور اسپتال ”یہاں خوش قسمتی دستیاب ہے“ کا اشتہار بنے ہوئے ہیں۔ ان مراکز پر پام سرجری کی مدد سے

ہاتھوں کی لکیریں بدلنے کا ”تسلیمی بخش“ کام کیا جاتا ہے۔ نوکیو کے ایک کلینک کی انتظامیہ کا کہنا ہے کہ انہوں نے پام سرجری کے لیے اشتہارات دینا بند کر دیے ہیں، کیونکہ اس کی مانگ میں بہت زیادہ اضافہ ہو گیا ہے اور اب اشتہارات دینے کی ضرورت نہیں رہتی۔

پام سرجری کو متعارف ہوئے زیادہ عرصہ نہیں گزرا، اس کی ابتدا اگرچہ کوریائے ہوئی لیکن مقبولیت اسے جاپان میں ملی۔ 2011ء میں نوکیو کے صرف ایک کلینک میں پچاس کے قریب پام پلاسٹک سرجریاں ہوئیں۔

بعض مریض پہلے سے اپنے ہاتھ پر قلم سے لکیریں بنا کر کلینک آتے ہیں اور سرجن سے فرمائش کرتے ہیں کہ انہیں ان کی لکیریں کی پام سرجری کروائی ہے۔

جب تک خلوص، ایمانداری اور سادہ طرز زندگی کے بجائے طاقت اور دولت اعلیٰ معیار بنے رہیں گے، انسان کبھی خوشی کی تلاش میں یوں ہی سراپوں کے پیچھے بھاگتا رہے گا اور اپنے لیے ہر وہ کمزور سہارے تلاش کرے گا، جو اسے پہلے سے زیادہ کمزور، وہمی بناتا رہے گا۔

قسمت کا لکھا اگر اٹل ہے تو وہ لوح محفوظ میں لکھا ہے، جہاں انسان کی رسائی نہیں ہے۔ باقی رہے نجومی اور دست شناس تو یہ محض اپنی افکار کے گھوڑے دوڑاتے ہیں، جن کی بعض باتیں کبھی کبھار صحیح بھی ہو جایا کرتی ہیں۔

پام سرجری کے بارے میں بھی اتنا کہنا کافی ہو گا کہ ”دل کے بہانے کو غالب یہ خیال اچھا ہے۔“





جیسویں صدی میں امت اسلام کے جس جس نے ناباک کیا ان میں جرمن لو مسلم صحابی محمد اسد (لیوپولڈ ویز Leopold Weiss) کو ایک منفرد شخصیت کا تعلق یہودی خاندان سے تھا اور وہ جرمنی اور یورپ کے موثر ترین روزنامے میں ایک صحابی کی حیثیت سے عرب دنیا سفر کیا۔ سفر کے دوران ایک عرب ہم سفر کی دعوت پر عرب دنیا گزارے، یہ تین سالہ قیام خود پسند اور اپنی ذات کے خول میں گم مغربی دنیا کے اس نوجوان کے لئے بڑا عجیب تجربہ تھا۔ اس نے عرب معاشرے میں باہمی تعلقات، بھائی چارے، محبت اور کہ درد میں شرکت کو دیکھا تو حیران رہ گیا اور وہیں سے اس کا دل اسلام کی جانب راغب ہو گیا۔

واپسی پر قرآن مجید کا مطالعہ کیا اور سورہ نکاح ان کے قبول اسلام کا باعث بنی۔ انہوں نے برلن میں اسلام قبول کر لیا اور اپنا نام تبدیل کر کے محمد اسد رکھا۔ اسلامی فکر کی تفہیم اور دعوت میں آپ نے 66 سال صرف کیے۔ یوں تو محمد اسد نے کئی کتب تحریر کیں مگر نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے اپنی وہ کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر پہنچایا۔ ان کی مشہور کتاب دی روڈ ٹو مکہ Road to Makkah علمی، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوغات ہے۔

روڈ ٹو مکہ بنیادی طور پر محمد اسد کی روحانی سرگزشت ہے جو گذشتہ نصف صدی سے ذوق و شوق سے پڑھی جا رہی ہے۔ اس کتاب میں انہوں نے لہذا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب دنیا کی کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع ہوئی اور اب بھی پوری ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر مسلمان ہوئے۔ قارئین کرام کے ذوق مطالعہ کے لیے اس اثر آفرین کتاب کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(گذشتہ سیر پیوستہ)

”اسے معلوم نہیں تھا کہ وہ کسے مار رہا ہے، اور کچھ دیر یہ سلسلہ جاری رہا۔ الزام لگتا اور اس کا اس نے خدا کا نام لیا تھا، اسے واپس لے جاؤ!“

”جو دو افراد مجھے یہاں لائے“

تھے انہوں نے مجھے بازوؤں میں اٹھایا

اور اسی مہیب اندھیرے کے راستے سے واپس لے گئے

محمد اسد



اور مجھے زمین پر لٹا دیا۔ میں نے لہٹی آنکھیں کھولیں۔  
میں نے خود کو ابلج کی کچھ یوریوں کے درمیان  
میں پایا، ان کے اوپر خیسے کا ایک حصہ پھیلا ہوا تھا تاکہ  
مجھے سورج کی روشنی سے بچایا جاسکے۔ یہ دن کے آغاز کا  
وقت لگ رہا تھا، اور میرے ساتھیوں نے یقیناً پڑاؤ ڈالا  
ہوا تھا۔ کچھ قسطے پر میں اپنے اونٹوں کو چڑھا دیکھ سکتا  
تھا۔ میں اپنے ہاتھ اٹھانا چاہتا تھا، لیکن میری ٹانگیں  
بہت بے جان تھیں۔ جب میرا ایک ساتھی مجھ پر جھکا  
تو، میں نے کہا ”کافی“۔ کچھ دور میں نے کافی کو ہادون  
میں پیسے جانے کی آواز سنی۔ میرا دوست چھلانگ  
لگا کر کھڑا ہو گیا

## وِجَال

حائل سے روانہ ہونے کے بعد پانچویں رات کو ہم  
مدینہ کے میدان میں پہنچے ہیں۔ تاریکی میں کوہ احد  
نظر آرہا ہے۔ سائڈ نیاں تھک چکی ہیں، ہم دن بھر چلتے  
رہے ہیں، ہم تینوں خاموش ہیں۔ اب چاند نکل آیا ہے،  
چاندنی میں مسجد نبویؐ کے منار، گنبد خضرتی اور شہر  
صاف نظر آرہا ہے۔ ہم باب الشام سے شیر میں داخل  
ہوتے ہیں۔ اب میں مدینہ انہی میں ہوں۔ یہی شہر کئی  
سال سے میرا گھر چلا آتا ہے، مانوس گلیاں، سنسان جہاں  
اور پھر میرا مکان آجاتا ہے۔ منصور رخصت ہو جاتا ہے  
اور ہم سائڈ نیوں سے اتر کر ان کو بٹھا رہے ہیں۔

مدینہ میں میرے ایک  
پرانے دوست اور بزرگ شیخ  
عبد اللہ ابن بلیسید سے ملاقات  
ہوئی اور ہم دونوں نے اکٹھے  
نماز مغرب ادا کی۔ مغرب  
کے بعد بدلوگ عقیدت سے  
شیخ ابن بلیسید کو گھیر کر دور  
عراق کے بارے میں سوال  
کرنے لگتے ہیں کیونکہ عراق

”یہ بول رہا ہے، یہ بول رہا ہے! اسے ہوش  
آگیا ہے...!“

اور انہوں نے مجھے تازہ گرم کافی دی۔  
میں نے پوچھا:

”کیا میں ساری رات بے ہوش رہا ہوں؟“  
انہوں نے جواب دیا ”ساری رات؟ پورے چار دن تم  
بے تک نہیں! ہم نے تمہیں ایک بورق کی طرت  
اونٹوں پر لاوا، اور رات کو اتار دیا، ہم نے سوچا کہ  
تمہیں یہاں دفن کرنا پڑے گا لیکن تعریف اس ذات



فخر اسد، ریزہ یو پاکستان پر تقریر کرتے ہوئے، دوسری جانب بطور میزبان  
ڈیپارٹمنٹ آف اسلام آباد ری کنسٹرکشن اپنے فرائض انجام دے رہے ہیں۔

پاکستان



میرا آدھا دماغ زید کی کہانی پر ہنس رہا ہے، تو باقی آدھا دماغ اندھیرے میں کوئی غیر سرکی قوتوں کو محسوس کر رہا ہے، ان کی آواز اتنی مدہم ہے کہ کان سے بمشکل سنائی دیتی ہے، ہوا میں خاصیت کی بو ہے، مجھے کچھ بچھتا ہوا ہوتا ہے کہ میں نے غروب آفتاب کے وقت سانپ کو مار ڈالا تھا۔

دجال (دھوکے اور جھوٹی نمود و نمائش) کی دنیا بن چکی ہے۔ کیا آپ نے کبھی یہ پیشگوئی سنی کہ آخری زمانے میں دنیا کے زیادہ تر لوگ دجال کی پیروی کریں گے اور اسے خدا سمجھیں گے۔

بدونے میری طرف سوالیہ انداز میں دیکھا۔ میں نے شیخ بلیہد سے اجازت لینے کے انداز سے دیکھا اور دجال کے چلیے کے بارے میں پیشگوئی سنانا شروع کر دی کہ وہ ایک آنکھ سے اندھا ہو گا مگر خدا سے منسوب شدہ پر اسرار قوتوں کا مالک ہو گا۔ وہ لپٹے کانوں سے زمین کے دور دراز حصوں میں ہونے والی گفتگو سنے گا اور لامحدود فاصلے پر ہونے والے واقعات اپنی ایک آنکھ سے دیکھے گا۔ وہ دونوں میں زمین کے گرد اڑے گا۔ وہ زمین کے نیچے سے سونے اور چاندی کے خزانے اپنا تک نکال دے گا۔ وہ اپنے حکم سے بارش برسانے گا۔ فصلوں کو آگاہ دے گا۔ لوگوں کو مارے گا اور زندہ کر دے گا۔ وہ تمام لوگ جو ایمان میں کمزور ہوں گے اسے خدا مانیں گے اور ادب سے اسے سجدہ کریں گے۔ مگر وہ تمام لوگ جو ایمان میں مضبوط ہوں گے وہ اس کے ماتھے پر یہ الفاظ لکھے ہوئے دیکھیں گے ”خدا کا مکر“ اور وہ جانتے ہوں گے یہ دجال ایک دھوکہ ہے جو انسان کے ایمان کے لیے بہت بڑا امتحان ہے۔

یہ سن کر میرا بدوی دوست حیرانگی سے مجھے دیکھ رہا تھا اور بڑا براہ تھا کہ ”میں اللہ کی پناہ مانگتا ہوں“....

میں شیخ ابن بلیہد کی پہلی مرتبہ فرنگی (یورپی انگریز) لوگوں کو دیکھ چکے ہوتے ہیں۔

”یافین ہمیں بتائیں کہ فرنگی لوگ سر پہ ہمیشہ بیٹ اس طرح کیوں پہنتے ہیں کہ اس سے آنکھیں چھپ جاتی ہیں؟ وہ آسمان کو کیسے دیکھتے ہوں گے؟“

”اس لیے کہ وہ آسمان دیکھنا ہی نہیں چاہتے۔ شاید اس طرح انہیں ڈر رہتا ہے کہ آسمان پر نظر پڑنے سے انہیں خدا یاد آسکا ہے اور وہ جنت کے عام دنوں میں خدا کو یاد ہی نہیں کرنا چاہتے، شیخ نے جواب دیا۔ بدونے مزید پوچھا پھر خدا انہیں کیوں نوازتا ہے اگر وہ خدا کے انکاری ہیں؟“

”یہ بہت آسان بات ہے جیسا کہ وہ لوگ سونے (gold) کی پوجا کرتے ہیں اور ان کا خدا ان کی جیب میں ہے.... یہ میرے دوست فرنگیوں کے بارے میں مجھ سے بہتر جانتے ہیں کیونکہ یہ انہی میں سے آئے ہیں، شیخ نے میری طرف اشارہ کیا۔ اللہ تعالیٰ انہیں اندھیرے سے نکال کر اسلام کی روشنی میں لے آیا ہے....“

”کیا یہ سچ ہے کہ آپ بھی فرنگی تھے....؟“ بدونے مجھ سے پوچھا۔

میں نے ہاں میں سر ہلایا۔

”سب تعریفیں اللہ کے لیے ہیں۔ وہ جس کو چاہتا ہے ہدایت دیتا ہے۔ میرے بھائی، مجھے بتائیں کہ یہ فرنگی لوگ خدا کے بارے میں غفلت میں کیوں پڑے ہیں....؟“ بدونے مجھ سے پوچھا۔

”یہ بہت لمبی کہانی ہے جسے چند الفاظ میں بیان نہیں کیا جاسکتا۔ میں نے جواب دیا۔ ”فی الحال میں آپ کو صرف اتنا بتا سکتا ہوں کہ فرنگیوں کی دنیا اب



لیکن آپ ٹھیک کہہ رہے ہیں۔ بجائے کہ لوگ اس طرح سوچیں کہ سائنسی پیش قدمی اور ترقی خدا کی عطا کردہ ہے، زیادہ سے زیادہ لوگوں نے اپنی بد قوتی (ناکجی یا بے حسی) سے اسے ہی آخری کارساز یعنی خدا



1957ء میں جوہر آباد پنجاب میں اپنی بیوی پولاحمد کے ہمراہ.... جبکہ دوسری تصویر میں شام کے سفیر ”عمر بہاء الدین الامیری“ کے ہمراہ ساحل کراچی کی سیر کر رہے ہیں۔

بنایا ہے اور بیرونی کے لائق سمجھ لیا ہے۔

”ہاں“ میں نے دل میں سوچا۔ مغربی انسان نے مکمل طور پر اپنے آپ کو دجال کی بیرونی میں دے دیا ہے۔ اس نے بہت عرصہ پہلے اپنی تمام سادگی اور قدرت کے ساتھ اپنے باطنی تعلق کو فراموش کر دیا ہے۔ زندگی اس کے لیے معہ بن گئی ہے....“

\*\*\*

کافی دیر خاموشی رہی۔ تب شیخ دوبارہ بولتے ہیں۔ ”میرے بیٹے! کیا دجال کے مطلب کی تفہیم ہو جانے پر ہی آپ نے اسلام قبول کیا....؟“

”میرے خیال سے یہ بات درست بھی ہے یہ محض آخری مرحلہ تھا“

”آخری مرحلہ.... لیکن پہلی بار کب اور کیسے آپ کو خیال آیا کہ اسلام ہی آپ کی منزل ہے؟....“

”کب....؟ ذرا سوچنے دیں.... میرا خیال ہے کہ افغانستان میں جب اس میزبان نے مجھے بتایا کہ ”آپ مسلمان ہیں، لیکن آپ کو اس کی خبر نہیں ہے۔ آپ دل کی تھراپیوں میں مسلمان ہو چکے ہیں“ یہ میرے اسلام قبول کرنے سے آٹھ مہینے قبل کا واقعہ ہے۔ اس الحاق دوست کے الفاظ آنے والے مہینوں

میں شیخ کی طرف مزا اور بولا ”اد شیخ، یہ روایت جدید تکنیکی تہذیب کا مکمل بیان ہے۔ دجال کی ایک آنکھ ہوگی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف ایک رخ دیکھنے کا یعنی مادی ترقی۔ دہرہ روحانی رخ کو نہیں دیکھے گا۔“

مشرقی ترقی کی وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سننے کے قابل بنادے گا اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے ہوں گے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برساتے گا۔ فصلوں کو اگادے گا اور زمین میں چھپے ہوئے خزانے باہر نکال دے گا۔ اس کی دوائیاں موت کے قریب لوگوں کو زندگی دے دیں گی جبکہ اس کی جنگیں اور خوفناک سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی و دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دمک رکھتی ہوگی کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کر لیں گے کہ یہ اپنے آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا سے تعلق قائم ہو گا وہ جان لیں گے، دجال کی بیرونی کا مطلب خدا سے انکار ہے۔“

میری بات سن کر شیخ ہلپہد بولے:

”میرے ساتھ ایسا کبھی نہیں ہوا کہ میں دجال کے بارے میں پیشگوئی کو اس روشنی میں دیکھوں۔“

میرا دل چاہتا تھا



یہ روایت جدید تحقیقی تہذیب کا مکمل بیان ہے۔ دجال  
 کے ایک آنکھ ہوئی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف  
 ایک رخ دیکھنے کا یعنی مادی ترقی۔ وہ روحانی رخ کو نہیں  
 دیکھے گا۔ مشقی ترقی کے وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی  
 صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سمجھنے کے قابل بنائے گا  
 اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے  
 ہوتے گئے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برساوے گا۔  
 فصلوں کو لکڑی کا اور زمین میں چھپے ہوئے خزانے باہر  
 نکال دے گا۔ اس کے وہائیاں موت کے قریب لوگوں کو  
 زندگی دے دیں گی جبکہ اس کے جنگیں اور خوفناک  
 سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی و  
 دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دمک رہتی ہوگی  
 کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کر لیں گے کہ یہ اپنے  
 آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا  
 سے تعلق قائم ہوگا وہ جان لیں گے، دجال کے عیرونی کا  
 مطلب خدا سے انکار ہے

میں ہمیشہ میرے ساتھ رہے۔ اس کے بعد میں  
 کابل سے میں غزنی اور قندھار گیا۔ پھر وطن  
 جانے کے لیے سفر کا پہلا مرحلہ شروع کر دیا  
 اور افغانستان کی سرحد سے سویت روس میں  
 داخل ہو گیا۔

سویت روس کے بارے میں میرا پہلا اور  
 دیرپا تاثر وہ ہے جو مرد کے ریلوے اسٹیشن پر  
 میرے ذہن پر نقش ہوا۔ یہ ایک بہت بڑا  
 پوسٹ تھا جس میں مزدوروں کے یونیفارم میں  
 لمبوس ایک نوجوان ایک سفید ریش اور عبا قبا  
 میں لمبوس شخص کو (جسے ابر الود آسمان سے  
 نکلے دکھایا گیا تھا) بٹھو کر میں ماورہ تھا۔ اس کے  
 نیچے لکھا ہوا تھا۔

یہ اشتہار سویت یونین سوشلسٹ  
 جمہوریوں کی بے دین اور ملحد انجمن کی طرف  
 سے لگایا گیا تھا۔

دونوں وسطیورپ میں ہر شخص میں دیکھی جاسکتی تھی۔  
 اس خوشحالی سے پہلے افراط زر کے چند سال گزرے  
 تھے، جنہوں نے اقتصادی زندگی کو بالکل ورہم برہم  
 کر دیا تھا اور بد حالی اور بری ہیئت میں رہنا ہی اصول بن  
 گیا تھا، لیکن اب لوگوں کی اکثریت اچھا کھاتی اور اچھا  
 پہنتی ہے، اس لحاظ سے یہ شخص جو میرے سامنے بیٹھا  
 ہوا تھا لوگوں سے کچھ مختلف اور نیا تھا، لیکن جب میں  
 نے اس کے چہرہ پر نظر ڈالی تو مجھے ایسا محسوس ہوا کہ  
 میں کسی مطمئن اور پر مسرت چہرہ کو نہیں دیکھ رہا ہوں،  
 وہ مجھے بے چین اور غیر مطمئن نظر آیا، صرف بے چین  
 ہی نہیں، بلکہ بہت زیادہ غمزدہ اور حرماں نصیب بھی،  
 اس کی کھوئی ہوئی نظریں خلا کو گھور رہی تھیں اور اس  
 کے ہونٹ کے دونوں کنارے کسی تکلیف سے سینچے

کئی ہفتے ایشیائی اور یورپی روس کا دورہ کرنے کے  
 بعد میں نے پولینڈ کی سرحد کو پار کر لیا اور سیدھا  
 فرانکفرٹ پہنچا جہاں مجھے اخبار کے اپنے سیکشن کا چارج  
 لینا تھا۔ میں 23 سال کا ہو چکا تھا وہیں میری شادی ایسا  
 سے ہوئی پھر ہم برلن منتقل ہو گئے۔

یہ واقعہ ستمبر 1926 کا ہے، ایک مرتبہ اپنی بیوی  
 کے ساتھ میں زمین دوز زمین پر سوار تھا کہ اچانک  
 میری نظر ایک آدمی پر پڑی جو میرے سامنے والی  
 سیٹ پر بیٹھا ہوا تھا، وہ کوئی دولتمند اور خوشحالی تاجر  
 معلوم ہوتا تھا، ایک جھوٹا سا خوبصورت، بگ اس کی ٹود  
 میں رکھا تھا اور میرے کی ایک بڑی سی آنکھیں اس کی  
 انگلی میں نظر آ رہی تھی، وہ مجھے یہ خیال آیا کہ یہ  
 دراصل اس خوشحالی اور قدرغالبی کا عکس ہے جو ان



کر کے کہنے لگی۔  
آپ بالکل صحیح کہتے ہیں،  
ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے وہ  
سب جہنم کی تکلیفیں برداشت  
کر رہے ہوں۔ میں یہ سوچتی  
ہوں کہ ان پر جو گزر رہی ہے  
ان کو اس کی خبر بھی  
ہے یا نہیں....!



1948ء لاہور میں پاکستان کے ”اسلامی نٹا تھانیہ“ ڈپارٹمنٹ کے اولین اراکین،  
جس کے ڈائریکٹر ”محمد اسد“ درمیان میں بیٹھے ہیں۔

میں جانتا تھا کہ ان کو اس  
کی خبر نہیں ہے۔ اگر خبر ہوتی تو وہ اس طرح اپنی زندگی  
اور طاقت و صلاحیت کو ضائع نہ کرتے۔ ان حقائق پر  
ایمان کے بغیر جو زندگی کے منتشر اجزاء میں ربط پیدا  
کرتے ہیں، معیار زندگی بلند کرنے اور زیادہ سے زیادہ  
مادی اسباب و وسائل فراہم کرنے اور زیادہ سے زیادہ  
طاقت حاصل کرنے کے علاوہ کسی اور  
مقصد کے بغیر....!

جب میں گھر واپس آیا تو اتفاقاً میری نظر میز پر  
پڑی، اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے  
مطالعہ میں رہتا تھا، میں اسے بند کر کے کسی دوسری جگہ  
رکھنا چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ  
کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:  
اَللّٰهُنَّكَمُ التَّكَاوُفُ ۝ خَشْيَ ۝ وَرَتَمُ الْغَفَاۤیِرُ ۝ تَخْلَا سَوَفَ  
تَعْلَمُوْنَ ۝ ثُمَّ تَخْلَا سَوَفَ تَعْلَمُوْنَ ۝ تَخْلَا ۝  
تَعْلَمُوْنَ عِلْمَ الْبَیْقِیْنَ ۝ لَنَزُوۡنَ الْخَجِیۡمَ ۝ ثُمَّ لَنَزُوۡنَهَا  
غَنَیۡنَ الْبَیْقِیۡنِ ۝ ثُمَّ لَنَسْأَلَنَّ یَوْمَئِذٍ عَنِ النَّجۡمِ ۝  
ترجمہ: (لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب  
نے غافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان جا پہنچو۔ دیکھو  
تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں  
عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو! اگر تم جانتے

ہوئے تھے، ایک غیر جسمانی تکلیف!.... میں نے اپنا  
منہ اس کی طرف سے پھیر لیا، اس کے پہلو میں ایک  
مہذب خاتون بھی بیٹھی ہوئی تھیں، ان کے چہرہ پر بھی  
بے چینی اور بے اطمینانی کے آثار تھے جیسے وہ کسی ایسی  
چیز کے متعلق سوچ رہی ہوں جس کے سوچنے سے  
انہیں تکلیف ہو رہی ہو، ایک پھکی مسکراہٹ ان کے  
ہونٹوں پر پھیلی ہوئی تھی جس کے متعلق میرا خیال یہ  
ہے کہ اس کا تعلق عادت سے تھا، پھر میں نے  
کپڑا منٹ میں اور لوگوں کی طرف نظر دوڑائی اور ان  
سب کے چہروں کو نگاہوں سے ٹٹولنے لگا جو بلا استثناء  
خوش حال نظر آ رہے تھے اور خوش پوشاک تھے، ہر  
چہرہ پر مین نے ایک پوشیدہ الم کی جھلک دیکھی، اتنی  
پوشیدہ کہ خود ان سب کو بھی اس کا احساس نہ ہو گا۔

یہ ایک عجیب بات تھی، ایک جگہ پر اتنے بہت  
سے غمزدہ چہروں کو دیکھنے کا اتفاق مجھے اس سے پہلے  
کبھی نہیں ہوا تھا، یا یوں کہیے کہ اس سے پہلے میں نے  
اس کی کوشش نہیں کی تھی، اس بات نے مجھ پر اتنا اثر  
کیا کہ میں نے اس کا ذکر اپنی بیوی سے کیا۔ وہ بھی ایک  
ماہر فنکار اور آرٹسٹ کی طرح تمام لوگوں کے چہروں کو  
دیکھنے لگی، پھر حیرت کے ساتھ میری طرف دٹ

تقریبی تاریخ



جب میں گمراہی میں آیا تو اتفاقاً میری نظر میرے  
پڑی۔ اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے  
مطالعہ میں رہتا تھا، میں اس کو بند کر کے کسی دوسری جگہ  
رکھنا چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ  
کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:

(لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب نے  
غافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان چاہیں۔ دیکھو  
عنقریب عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں  
عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو اگر تم جانتے (یعنی)  
یقین (رکھتے تو غفلت نہ کرتے)۔ تم ضرور دوزخ کو  
دیکھو گے۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو گے (کہ) عین  
الیقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز تم سے (شکر) نعمت  
کے بارے میں پرسش ہوگی۔ (سورہ کلثرا)

میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا خیال ہے  
کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں تھی، پھر میں نے  
ایک بیوی سے کہا، دیکھو، سنو کیا یہ اس کا جواب نہیں  
ہے جو رات کو ہم نے ریل پر دیکھا تھا؟

(یعنی) یقین (رکھتے تو غفلت نہ کرتے)۔ تم  
ضرور دوزخ کو دیکھو گے۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو  
گے (کہ) عین الیقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز  
تم سے (شکر) نعمت کے بارے میں پرسش  
ہوگی۔ (سورہ کلثرا)

میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا  
خیال ہے کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں  
تھی، پھر میں نے لہنی بیوی سے کہا، دیکھو، سنو کیا  
یہ اس کا جواب نہیں ہے جو رات کو ہم نے ریل  
پر دیکھا تھا؟...

ہاں وہ ایسا قطعی جواب تھا کہ سارے شلوک  
و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے  
یقینی طور پر سمجھ لیا کہ یہ کتاب جو اس وقت  
میرے ہاتھ میں ہے، خدا ہی کی نازل کی ہوئی ہے۔  
وہ اگرچہ آج سے تیرہ سو برس پہلے ایک انسان کو  
عطا کی گئی تھی لیکن اس میں بہت وضاحت کے  
ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے

اس سچے اور مشینی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی اور  
دور میں سامنے نہ آئی تھی۔

لکڑی، یعنی پل و دولت کی حرص و ہوس اور  
مسابقت تاریخ کے ہر دور میں پائی جاتی رہی، لیکن اتنی  
بھی نہیں کہ وہ نفس اشیا کو جمع کرنے کا شوق بن جائے  
یا ایک ایسا کھلونا اور بہنا دین جائے جو کسی اور حقیقت  
کی طرف دیکھنے ہی نہ دیتا ہو۔ دولت اور اقتدار کا  
 حصول، عمل ایجاد و اختراع کا سلسلہ جس کا کوئی حلقہ  
نہیں۔ کل سے آج اور آج سے زیادہ کل۔ یہ ایک  
بہت بڑے جو لوگوں کے سروں پر سوار ان کو چکیلے  
مقاصد کی طرف کوزے مار مار کر بھگا رہا ہے۔ یہ مقاصد  
دور سے بہت شاندار معلوم ہوتے ہیں لیکن ہاتھ میں

آنے کے بعد حباب کی مانند غائب ہو جاتے ہیں، یہاں  
تک کہ وہ وقت آ جاتا ہے جس کے متعلق قرآن کریم  
کہتا ہے: کَلَّا لَوْ عَلِمَ الْفَالِقُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ لَتَرَوْا الْجَحِيمَ  
اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی  
حکمت و دانائی کا بیج نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرہ  
العرب میں تاریخ کے کسی دور میں تھا۔ اس لیے کہ دو  
انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور دانشمندی، مگر پھر بھی اس  
عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتے تھے جو بیسیویں  
صدی کی خصوصیت ہے، مجھے قرآن کے اندر ادنیٰ اور  
کبریٰ آواز سنائی دے رہی تھی۔

\*\*\*

بازار میں جاتے ہوئے ایک پرانے شناسا الزغیبی



ہاتھ پر رکھ دیا اور دو گواہوں کی موجودگی میں  
میں نے کہا۔

اشھد ان لا الہ الا اللہ

واشھد ان محمد الرسول اللہ

میرے دوست نے کہا "آپ کا نام یو پولڈ ہے۔ لیو  
کے معنی یونانی زبان میں شیر کے ہوتے ہیں، اس لیے  
ہم آج سے آپ کو محمد اسد کہیں گے۔"

چند دن بعد میری بیوی نے بھی اسلام قبول کر لیا۔ اب  
ہمارے لیے یورپ میں رہنا بہت مشکل تھا، چنانچہ میں نے  
اور میری بیوی نے ہمیشہ کے لیے یورپ کو خیر باد کہہ دیا۔



یہ تھی یو پولڈ کی محمد اسد بننے کی داستان، ٹرین کے  
سفر کے دوران پیش آنے والے ایک معمولی سے واقعے  
نے انہیں اسلام کے متعلق سوچنے پر مجبور کر دیا۔ یہ  
واقعہ 1922ء میں پیش آیا تھا جب ان کی عمر محض  
22 سال تھی۔ 1926ء میں 26 سال کی عمر میں انھوں  
نے اسلام قبول کر لیا۔ ٹرین کے اس سفر میں شریک  
عرب مسافر کو، جو محمد اسد کے قبول اسلام میں ایک اہم  
ذریعہ بنا، شاید کبھی علم بھی نہ ہوا ہو کہ اس کے اخلاق  
اور اخلاص کے نتیجے میں اسلام د  
مسلمانوں کی خدمت کا کتنا  
بڑا کام ہوا ہے۔

یو پولڈ نے جب اسلام کا مطالعہ  
شروع کیا تو محض 4 سال بعد اس  
غیر مسلم نوجوان نے اسلام قبول  
کر لیا۔ آج کی دنیا اس نوجوان مسافر کو  
نامور مصنف اور ممتاز عالم "علامہ محمد  
اسد" کے نام سے جانتی ہے۔

ان کے ساتھ اہلیہ ایلسا نے بھی

ترجمانِ کلمت

سے ملاقات ہوتی ہے۔ بڑی گرجوٹی سے پٹ جاتا  
ہے۔ "تم کب آئے ہو، اور کہاں سے آرہے ہو....؟"  
"میں حائل اور نفود سے آرہا ہوں۔"

"کیا اب گھر پر کچھ عرصہ نہیں رہو گے....؟"  
"نہیں، میں پرسوں مکہ جا رہا ہوں۔"

"مکہ....؟ حج کا زمانہ تو گزر چکا ہے۔"

"حج تو میں پانچ مرتبہ کر چکا ہوں، میں آخری  
مرتبہ مکہ کو دیکھنا چاہتا ہوں۔ میرا دل کہتا ہے، میں اب  
عرب میں نہیں رہوں گا۔" پھر میں ہنس پڑتا  
ہوں۔ "سچ پوچھو، تو میں خود بھی نہیں جانتا کہ میں مکہ  
کیوں جا رہا ہوں۔"

## منزلِ آگئی

ہم رات کو مدینہ النبی سے نکلے تین اور مکہ کی  
طرف روانہ ہو جاتے ہیں.... دن پر دن گزرتے چلے  
جاتے ہیں۔ سائڈ نیوں کا ایک ایک قدم ہمیں اپنی منزل  
سے قریب لارہا ہے۔ آخر مکہ کے پہاڑ نظر آنے لگتے  
ہیں۔ میں اپنے ماضی میں کھو جاتا ہوں۔ اسلام کی  
حقانیت کی تلاش میں جو روحانی سفر میں نے شروع کیا  
تھا، کامیابی کے ساتھ ختم ہو رہا تھا۔ مجھے یقین ہو گیا تھا کہ

قرآن کریم اللہ کی کتاب ہے اور اسلام  
ہی وہ دین ہے جس کے سایے میں دیکھی  
انسانیت کو اپنے زخموں کا مداوا مل سکتا  
ہے، چنانچہ میں برلن میں اپنے ایک  
مسلمان دوست کے پاس گیا جو اس  
زمانے میں برلن کے مسلمانوں کی  
انجمن کے صدر تھے میں نے ان کے  
سامنے اسلام قبول کرنے کی خواہش  
ظاہر کی۔ انہوں نے اپنا دایا ہاتھ طرف  
بڑھایا۔ میں نے اپنا دایا ہاتھ ان کے



محمد اسد کی یاد میں پاکستان  
پوسٹ آفس سے جاری کردہ  
یادگاری ڈاک ٹکٹ



سارے ٹھوک و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے یقینی طور پر سمجھ لیا کہ یہ کتاب جو اس وقت میرے ہاتھ میں ہے، خدا ہی کی نازت کے ہوئے ہے، اگرچہ آج سے تیرہ سو برس پہلے ایک انسان کو عطا کی گئی تھی لیکن اس میں بہت وضاحت کے ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے اس چھید اور مشیخی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی دور میں سامنے نہ آئی تھی۔ اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی حکمت و دانائی کا نتیجہ نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرۃ العرب میں تاریخ کے کسی دور میں تھا، اس لیے کہ یہ انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور داناسی، مگر پھر بھی اس عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتا تھا جو بیسیویں صدی کی خصوصیت ہے، مجھے قرآن کے اندر محمد ﷺ سے زیادہ اونچی اور گہری آواز سنائی دے رہی تھی۔

اسلام قبول کر لیا۔ محمد اسد نے اخبار کی نوکری چھوڑ کر حج بیت اللہ کا قصد کیا۔ مدینہ مدینہ میں محمد اسد نے عربی، قرآن، حدیث اور اسلامی تاریخ کی تعلیم حاصل کی۔

تقریباً 6 برس تک مدینہ منورہ اور سعودی عرب کے دیگر شہروں میں قیام کیا جہاں انہیں سلطان سعود کا تقرب حاصل ہوا۔ پھر وہ برصغیر آ گئے جہاں ان کا قیام امرتسر، لاہور، سری نگر، بلی اور حیدر آباد وکن میں رہا۔ انہیں علامہ اقبال کی محبتوں سے استفادے کا موقع ملا۔ علامہ اقبال سے انہوں نے مجوزہ مملکت پاکستان کے قوانین کے متعلق طویل نشستیں کیں۔ اقبال کے زیر اثری انہوں نے اپنی مشہور کتاب "اسلام و ورثہ" پر تبصرے پھر عرفات کے نام سے انگریزی رسالہ نکالا جس کے دس پرچے شائع ہوئے۔

انہوں نے صحیح بخاری کا انگریزی ترجمہ شروع کیا۔ پانچ حصے شائع ہو چکے تھے کہ جرمن شہری ہونے کی وجہ سے دوسری جنگ عظیم کے آغاز میں انہیں گرفتار کر لیا گیا۔ جنگ ختم ہوئی تو رہائی ملی۔ بعد ازاں انہوں نے کچھ وقت سید ابوال علی مودودی کے دارالاسلام میں گزارا۔ پاکستان بنا تو 1947ء میں انہیں پاکستانی شہریت دی گئی۔ انہوں نے پاکستان کے سپینہ آئین کی تشکیل میں خاص معاونت کی تھی۔

حکومت پاکستان نے انہیں آئین اور قانون کی تدوین کے لیے قائم ہونے والے ڈپارٹمنٹ آف اسلامک ری کنسٹرکشن میں ڈائریکٹر کا عہدہ دیا۔ ستمبر 1947ء میں انہوں نے ریڈیو پاکستان سے Calling All Muslim کے نام سے تقاریر

کیں جو پاکستان کے آئین اور اسلام کے معاشی اور سیاسی نظام سے متعلق تھیں۔

جنوری 1948ء میں لیاقت علی خان نے انہیں وزارت خارجہ میں مشرق وسطیٰ کے امور کا انچارج مقرر کر دیا۔

سب سے پہلا پاکستانی اسپورٹ جس پر "پاکستانی شہری" لکھا گیا، علامہ اسد کو جاری کیا گیا تھا۔

1950ء میں پطرس بخاری اقوام متحدہ میں سفیر مقرر ہوئے تو محمد اسد ان کے نائب کے طور پر تعینات کئے گئے۔ نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے اپنی دو کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر پہنچایا۔ "وئی روڈ ٹو سنہ" (شاہراہِ مکہ) میں انہوں نے اپنا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب دنیا کے کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع ہوئی اور اب بھی ہو رہی ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر مسلمان ہوئے اور ہو رہے ہیں۔

محمد اسد کوئی سرگرم کارکن نہ تھے لیکن نگری



دعوت کا خلاصہ قرآن و سنت سے رجوع اور ان کی بنیاد پر مستقبل کی تعمیر و تشکیل تھی۔

محمد اسد کے کام کی اہمیت کا چوتھا پہلو دور جدید میں اسلام کے اطلاق اور نفاذ کے سلسلے میں ان کی حکمت عملی اور اس سلسلے میں تحریک پاکستان سے ان کی وابستگی اور پاکستان کے بارے میں ان کا وژن اور عمل کو ششیں ہیں یہ امور قومی تعمیر نو کے ادارے کے سربراہ کی حیثیت سے ان کی نگارشات، ان کی تقاریر اور ان کی کتابوں کی صورت میں موجود ہیں۔

روڈ نو مکہ Road to Makkah، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوغات ہے۔ اس کتاب کا اردو ترجمہ طوقان سے سائل تک اور شاہراہ مکہ کے نام سے ہو چکا ہے۔

محمد اسد کی کی معروف کتب میں Islam at the Crossroads (اسلام دریا ہے پر) اور The Principles of State and Government in Islam (اسلامی مملکت و حکومت کے بنیادی اصول) اردو زبان میں ترجمہ ہو چکی ہیں۔ اس کے علاوہ انہوں نے ایک کتاب This Law of Ours بھی تحریر کی۔

اپنی ادبی اور مذہبی زندگی کی مصروفیات کی وجہ سے انہوں نے سفیر کا عہدہ چھوڑ دیا اور مراکش چلے گئے جہاں انہوں نے خود کو تصنیف و تالیف کے لئے وقف کر دیا۔

قرآن محمد اسد کی فکر کا محور رہا۔ حدیث و سنت کو دوسلامی نشاۃ ثانیہ کی اساس سمجھتے تھے۔

17 سال کی کادشوں کے بعد 80 برس کی عمر میں انہوں نے اپنی زندگی کے سب سے بڑے خواب اپنے

**محمد اسد کی خدمات**

اعتبار سے ان کا کارنامہ بڑا واضح ہے اور اس میں چار چیزیں نمایاں ہیں۔

پہلی چیز مغربی تہذیب اور یہودی عیسائی روایت کے بارے میں ان کا واضح اور جہنی برحق تبصرہ و تجزیہ ہے۔ انہوں نے مغرب کی قابل قدر چیزوں کے کھلے دل سے اعتراف کے ساتھ مغربی اور عیسائی تہذیبی روایت کی جو بنیادی خالی اور کمزوری ہے اس کا نہایت واضح اور پاک اور دو ٹوک اظہار کیا۔

وہ کسی تہذیبی تصادم کے قائل نہ تھے مگر تہذیبوں کے اساسی فرق کے بارے میں انہوں نے کبھی سمجھوتہ نہیں کیا۔ وہ اسلام کے ایک مکمل دین ہونے اور اس دین کی بنیاد پر اس کی تہذیب کے منفرد اظہار کو یقینی بنانے اور دور حاضر میں اسلام کی بنیاد پر صرف انفرادی کردار ہی نہیں بلکہ وہ اجتماعی نظام کی تشکیل نو کے دائمی تھے۔ علامہ اسد اپنے اس موقف کو دلیل اور یقین کے ساتھ پیش کرتے تھے۔

اسلام کا جامع تصور ان کے فکر اور کارنامے کا دوسرا نمایاں پہلو تھا۔

ان کا تیسرا کارنامہ یہ ہے کہ انہوں نے امت مسلمہ کے زوال کے اسباب کا گہری نظر سے مطالعہ کیا۔ اس سلسلے میں بنیادی کمزوریوں کی نشاندہی کی۔ ان میں تصور دین کے غبار آلود ہو جانے کے ساتھ سیرت و کردار کے فساد، دین و دنیا کی عملی تقسیم، اجتہاد سے غفلت اور رسوم رواج کی محکومی اور سب سے بڑا گمراہی قرآن و سنت سے بلا واسطہ تعلق اور استفادے کی جگہ ثانوی مآخذ پر ضرورت سے زیادہ انحصار بلکہ ان کا اندھی تقلید بھی شامل ہے۔

فقہی مسالک سے وابستگی کے بارے میں ان کی پوزیشن ظاہری کتب فکر سے قریب تھی۔ ان کی



دو مسلسل اسلام اور مسلمانوں کی خدمت میں  
مصروف رہے۔  
علامہ محمد اسد غرناطہ (اسپین) کے مسلم قبرستان  
میں آسودہ خاک ہیں۔



### علمی تعاون کیجیے۔۔۔

روحانی ڈائجسٹ سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام



کے روحانی مشن  
کی ترویج و  
اشاعت میں  
سرگرم عمل ہے،  
اس مشن میں  
ہمارے معزز

قارئین کرام بھی شامل ہو سکتے ہیں۔ آپ کے  
پسندیدہ رسالہ کو مزید بہتر بنانے کے لیے کثیر تعداد  
میں کتب اور علمی مواد کی شدید ضرورت ہے۔ کسی  
بھی موضوع، عنوان پر اردو یا انگریزی زبان میں نئی  
اور پرانی کتابیں ارسال کی جاسکتی ہیں۔ آپ کے اس  
تعاون کو ہم شکریہ اور محبت کے ساتھ قبول کریں  
گے۔ آپ کی یا آپ کے متعلقین کی منتخب کردہ ان  
کتابوں کا عطیہ ایک علمی اور قلبی جہاد کی حیثیت رکھتا  
ہے جس کا اجر عظیم آپ کو اس وقت تک ملتا رہے گا  
جب تک ان کتب سے اخذ کیا ہوا علم لوگوں کو فائدہ  
پہنچاتا رہے گا۔

ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ

74600 کراچی 1-D.1/7 ناظم آباد۔ کراچی

اصل علمی کارنامہ ”قرآن پاک کی انگریزی ترجمہ و  
تفسیر“ کو تکمیل تک پہنچایا۔ آپ صحیح بخاری کے مختلف  
حصوں کو انگریزی زبان میں بھی منتقل کر رہے تھے کہ  
مگر عمر نے وقت نہ کی۔

قبول اسلام کے بعد محمد اسد نے تاحیات اسلامی  
دنیا کو ہی اپنا مسکن بنایا، انہوں نے مغرب سے دین کا تانا  
بنا نہیں توڑا بلکہ جغرافیائی سفر کر کے وہ پھر اس دنیا کا حصہ  
ہی بن گیا جس نے اسے مقناطیس کی طرح اپنی طرف کھینچا  
تھا۔ محمد اسد نے اپنی اسلامی زندگی کے 66 سال عرب  
دنیا، ہندوستان، پاکستان اور تونس میں گزارے اور آخری  
ایام میں ان کا قیام اسپین کے اس علاقے میں رہا جو اندلس  
اور عرب دنیا کا روحانی و ثقافتی حصہ تھا۔

اس دوران 1982ء میں صدر ضیاء الحق نے انہیں  
اسلامی قوانین کے متعلق مشاورت کے ضمن میں  
پاکستان بھی بلایا۔

علامہ محمد اسد کے حالات زندگی پر تصانیف میں  
اہم ترین ممتاز محقق جناب اکرام چغتائی کی کتاب ”محمد  
اسد بندہ صحرائی (اردو)“ محمد اسد ایک یورپین بدوی  
(اردو) ”محمد اسد... اسلام کی خدمت میں یورپ کا تحفہ  
(دو جلدوں میں بزبان انگریزی) - HOME - COMING OF THE HEART  
خود نوشتہ کا دوسرا حصہ ہے۔ (پہلا حصہ ”دی روز ٹو  
مکے“ ہے) اس دوسرے حصے کو اکرام چغتائی نے  
مرتب کیا ہے اور اس پر حواشی بھی لکھے ہیں۔ اس  
کتاب کا آخری حصہ محمد اسد کی وفات کے بعد ان کی بیگم  
پولاحمد اسد نے تحریر کیا ہے۔

20 فروری 1992ء کو یہ ممتاز نو مسلم مفکر،  
معتمد، مبلغ، مترجم اور صحافی علامہ محمد اسد اسپین کے  
شہر مارییا میں خالق حقیقی سے جا ملے۔ آخری وقت تک

مارچ 2015ء



# پہرے اسرار گڑھے

# عجیب

دنیا کے مختلف ممالک کے متعدد شہروں میں عجیب و غریب اور سنسنی خیز واقعات رونما ہو رہے ہیں۔ کبھی کسی کا کراؤ کبھی پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی تو کبھی چلتے بھرتے انسانوں کو پر اسرار سڑھے منوں یکھڑوں میں نکل رہے ہیں....

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

زلزلہ آگیا ہو۔ اسے ایک خوفناک احساس نے آن گھیرا۔ زمین لرز نہیں رہی تھی.... وہ دھنس رہی تھی.... بے حد تیزی سے۔ اسے سالم نکل رہی تھی۔ ”جیری....“ وہ چلایا۔ ”میری مدد کرو!“ جیری آواز سنتے ہی فوراً ساتھ والے کمرے کی جانب دوڑا جہاں داخل ہوتے ہی وہ بھونچکا رہ گیا۔ اس کا بھائی جیف اپنے بستر سمیت تیزی سے زمین میں دھنس رہا تھا۔ یوں معلوم ہوتا جیسے زمین نے اچانک دلدل کی شکل اختیار کر لی ہو۔

وہ رات انتہائی تاریک تھی۔ فلوریڈا کے مغربی ٹیسا پر بسنا نا ملدی تھا۔ فلیج میکسیکو سے آنے والے پانیوں پر گہرا اندھیرا تیرتا تھا اور ماحول غنودگی کی گرفت میں تھا۔ شہر کے دیگر مکانات کے مانند جفری کا مکان بھی اندھیرے میں ڈوبا ہوا تھا۔ جیفری تیند کی وادی میں اتر چکا تھا۔ کمرے میں لپٹ کی زرد روشنی لرز رہی تھی۔ سامنے ٹی وی رکھا تھا، جس کے پہلو میں نصب شیلف میں کتابیں بے ترتیبی سے ٹھنسی ہوئی تھیں۔ اس کے اہل خانہ اپنے اپنے کمروں میں سوئے ہوئے تھے۔ ایسے میں مکان میں چھائی خاموشی میں کچھ ہلچل ہوئی۔ اس سے قبل کہ جیفری بستر سے باہر آتا، اچانک زمین لرزنے لگی۔ یوں معلوم ہوتا تھا، جیسے

دنیا کے سب سے بڑے پر اسرار گڑھے



Jeff Bush کو رات گیارہ بجے اچانک پورے کمرے سمیت زمین نے نگل لیا۔ یہ گڑھا 20 فٹ چوڑا تھا۔ تیس فٹ گہرائی میں جانے کے باوجود ریسکیو ابکار کو زندگی کے کوئی آثار نہیں ملے۔



یوں تو دنیا میں کافی طرح کے گھرے اور گھائیں پائی جاتی ہیں جو قدرتی طور پر وجود میں آتی ہیں لیکن کسی سطح زمین پر جہاں بسوں سے فوقی شہر، سڑک یا مکان آباد ہو اور وہاں کوئی زلزلہ یا قدرتی آفت آنے لگے اچانک ایک پر اسرار گڑھا نمودار ہو جائے، یہ ایک انوکھی بات ہے۔ اس طرح گڑھے کا وجود میں آنا اور اپنی سطح پر موجود چیزوں کو نگل لیا، لوگوں کے لیے واقعی حیرت اور تعجب کا باعث ہو گا۔ پر اسرار گڑھوں کا یوں اچانک نمودار ہونا زمین کا قدیم و ہفنس جانا یہ کوئی پہلا اونٹن تھا اور مستحق خیر واقعہ نہیں تھا، امریکی ریاست فلوریڈا میں یہ واقعات 1980ء میں رونما ہوئے تھے۔

دنیا بھر میں اس قسم کے گڑھے نمودار ہوتے رہتے ہیں، صرف فلوریڈا میں نہیں، امریکی ریاست نیو جرسی، نیو میکسیکو، کوسیا، نیپال کے ساتھ ساتھ



”مجھے بچاؤ۔“ جیفری کا چہرہ خوف سے سفید ہو چکا تھا۔ جیفری آگے بڑھا ہی تھا کہ زمین کے دھنسنے کی رفتار میں یکدم اضافہ ہو گیا اور پلک جھپکتے ہی پورا بستر زمین میں غائب ہو گیا۔ اب وہاں ایک خوفناک گڑھا تھا۔

”مردہ کرو۔۔۔“ گہرائیوں سے جیفری کو صرف پکار ساقی دی۔ اس نے تاریک مے اندر روشنی پھینکی، جو کچھ دور جا کر تاریکی میں گم ہوئی۔

”جیف!۔۔۔“ وہ پورنی قوت سے پکایا، مگر کوئی جواب نہیں آیا۔ اسی اثنا میں سائرن کی تیز آواز ماحول میں گونجی۔ پڑوسی نے شور مچا کر ہنگامی امداد کے مرکز پر فون کر دیا تھا۔ مکان کے باہر گاڑیاں آگے رکتیں۔ دوزخ کے قدموں کی آواز ساقی کی کمرے کی پر دھشت پر گونجی۔ اچانک کمرے کے بازو پر کھڑے ہو گئے۔

”رک جائیے۔“ اور جب اس کی کمرے پر ریسپو انس آئے تو ان پر پڑی جو استغنیٰ رستہ تھے۔ ”فورا باہر آجائیں، زمین ٹھسک رہی ہے۔“ یہ جملہ اسے لمحہ حال میں ملے آیا۔ اس وقت تک احسان نے اسے آلیاک دینی بھی لئے زمین میں دھنسنے لگا۔ جیفری باہر آگیا۔ اب ریسپو انس کمرے پر اسرار گڑھے کی سمت بڑھ رہے تھے جو ایک انسان کو نگل چکا تھا۔ پورے رات کو ششیں جاری تھیں لیکن جیفری کا کچھ پتہ نہ چل سکا۔

یہ ٹیم مارچ 2013ء کی رات تھی، جب خلیج

مینسیکو کی امریکی ریاست فلوریڈا کے ساحلی شہر نیپا Tampa کا 37 سالہ ہفنس جیفری بن



آباد گھرانوں کو محفوظ مقام پر  
منتقل کر دیا ہے۔ چار سال قبل  
2010ء میں قوریڈا کی  
ایک گڑھا نمودار ہوا تھا جس  
نے ایک گاڑی کو نکل لیا تھا۔

قوریڈا کی ساحلی پٹی  
میں اس طرح کے واقعات  
عام ہیں۔ اس کا اندازہ آپ  
اس بات سے لگا سکتے ہیں کہ



فلوریڈا، برازیل، چین اور سہارن (روس) میں سیکڑوں گاڑیاں زندہ در گور ہوئی ہیں۔

سال 2006ء سے 2010ء تک صرف قوریڈا میں ان  
گڑھوں کی وجہ سے 124671 انشورنس کلیم کیے گئے۔  
قوریڈا کے بعد جس شہر میں ان پر اسرار گڑھوں  
کے سب سے زیادہ واقعات رونما ہو رہے ہیں وہ روس کا

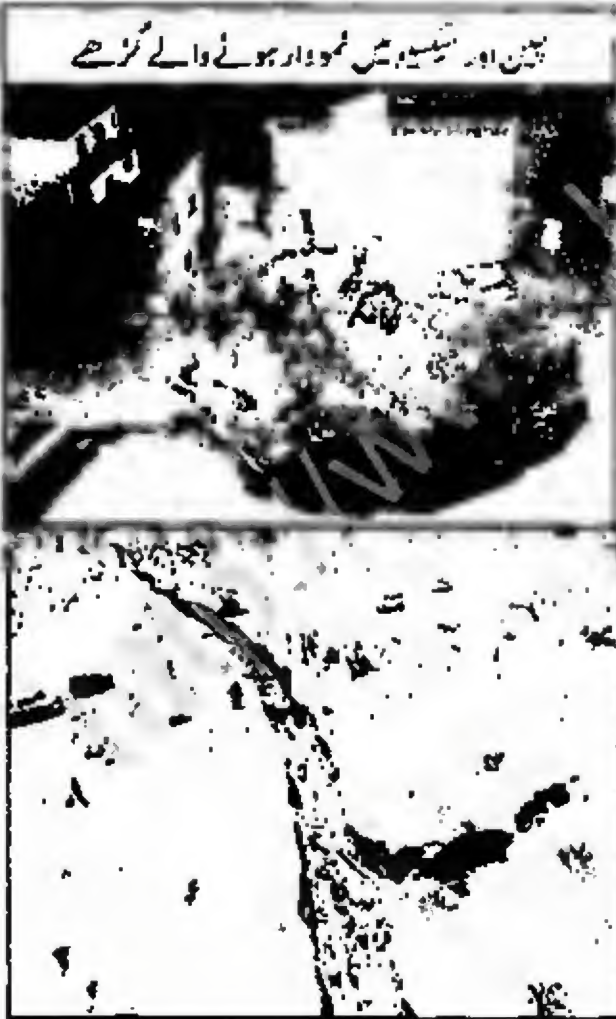
برازیل، روس، چین، گوئنے مالا، وینزویلا، روم، یونان،  
سلاوکیہ، افریقہ، زمبابوے، مصر، عمان اور ترکی میں بھی اس  
طرح کے گڑھے اچانک نمودار ہو چکے ہیں۔

یہ سب بعض ممالک میں تو بڑا سال اسی طرح کا  
ہوئی نہ کوئی گڑھا نمودار ہوتا ہے اور اچانک کبھی کسی کا  
گھر، تو کبھی کسی کا پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی  
باص یا ٹرک بھری ہوئی ہے تو کبھی چلتے بھرتے انسانوں کو  
میں سینکڑوں میں زمین نکل لیتا ہے۔ مگر گڑھ چند  
دروازوں میں ان واقعات میں تیزی سے  
تغافل ہو رہا ہے۔



ایس کیوں ہو رہا ہے.... یہ جاننے سے پہلے ہم دنیا  
بھر میں رونما ہونے والے ان عجیب و غریب اور سنسنی  
خیز واقعات میں سے چند واقعات کی جھلک دیکھتے ہیں۔

11 نومبر 2014ء امریکی ریاست قوریڈا کے ہائی  
ڈیٹ علاقے میں سڑک میں پیدا ہونے والا گڑھا ایک  
کار کو نکل گیا، قوریڈا کے فائر ڈپارٹمنٹ کے مطابق مینے  
والا گڑھا 10 فٹ چوڑا اور 10 فٹ گہرا ہے، جس میں  
ایک کار ٹرنس جی کے بعد ریسکیو ایگروں نے قریبی



چین اور روس میں نمودار ہونے والے گڑھے



گہرائی میں پھنکے ہوئے ہیں۔

تیسرے نمبر پر سب سے زیادہ واقعات چین میں ظاہر ہو رہے ہیں۔ چین میں ایک گاؤں کی زمین اس کے باسیوں کے سامنے عی غائب ہو رہی ہے لیکن یہ کوئی قدرتی آفت کا نتیجہ نہیں ہے۔ بتایا گیا کہ ہونان صوبے کے ایک گاؤں میں پچھلے 5 ماہ کے دوران بڑے بڑے 20 گڑھے اچانک نمودار ہو گئے جنہوں نے گاؤں کی اچھی خاصی زمین نگل لی ہے، یہ گڑھے تیزی سے پھیل رہے ہیں اور وقت کے ساتھ مختلف مقامات پر نمودار ہو رہے ہیں۔ ان گڑھوں کی وجہ سے کئی گھر زمین بوس ہو چکے ہیں اور دریا خشک ہو گئے ہیں جسکی وجہ سے گاؤں کے باسی علاقے سے نقل مکانی پر مجبور ہو گئے ہیں۔ دو برس قبل ہی کی یہ بھی خبر ہے کہ چین میں ایک گڑھے نے پورا ترک نگل لیا تھا۔ چین ہی کے ایک شہر میں ان گڑھوں کی وجہ سے پانچ دکانیں زمین میں دھنس گئی تھیں۔

گزشتہ سال اگست 2014ء میں میکسیکو کے ایک گاؤں میں ایک شاہرہ لوہر زمین پھٹنے سے بہت بڑا گڑھا پڑ گیا ہے، گڑھا 26 فٹ گہرا اور 16 فٹ چوڑا ہے، گڑھے کی لمبائی تقریباً ایک کلو میٹر ہے۔

10 جنوری 2013ء کی خبر ہے کہ برازیل کے شہر کیپو گرانڈے میں ایک الیکٹریشن کام سے واپس گھر کی طرف جا رہا تھا۔

گہرے پلو ہول

گوئے مالا کے پراسرار گڑھے



شہر سارا ہے۔ روسی دارالحکومت ماسکو سے جنوب مشرق میں واقع سارا شہر کے باشندے اور ڈرائیور ایک عجیب قسم کے خوف میں مبتلا ہیں کہ کہیں وہ گاڑی چلائے ہوئے اچانک گاڑی سمیت زندہ درگور نہ ہو جائیں۔ کیوں اس شہر کی سڑکیں گاڑیوں کو ٹکٹے مکی ہیں۔ اس خوف کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ متاثرہ علاقوں میں انتظامیہ نے گاڑی چلانے پر پابندی عائد کر دی ہے۔ کیونکہ کسی بھی وقت کوئی بھی گاڑی چلتے چلتے اچانک سڑک پر بننے والے بڑے گڑھے میں گر کر غائب ہو جاتی ہے۔ اس شہر میں صرف ایک دو کے دوران سڑکوں کے اچانک دھنسنے کے دو سو سے زائد واقعات رونما ہوئے ہیں۔ بعض

گڑھے اس قدر بڑے اور گہرے ہیں کہ ان میں بڑے سائز کے ٹرک گر چکے ہیں اور انہیں نکالا نہیں جاسکا ہے کیونکہ وہ پچاس فٹ سے سو فٹ



ہوئی روڈ میں ہنے گڑھے میں پھنس گئی۔ پانی  
سے بھرے گڑھے میں گاڑی پھنسنے کی دیر تھی  
کہ ذرا سی دیر میں پوری گاڑی آہستہ آہستہ اندر  
ڈوبتی چلی گئی اور یکدم غائب ہو گئی۔

یہ واقعات آج بھی جاری ہیں۔ 17  
فروری 2013ء کو نیو جرسی شہر میں ایک ٹرک  
سڑک پر اچانک زمین میں دھنس گیا۔ ریسکیو  
ٹیم نے بروقت اسے نکال لیا۔

یہ تو وہ گڑھے ہیں جن کا احاطہ اتنا بڑا ہے  
کہ کسی انسان، کار، ٹرک یا گھر کو نگل سکتے ہیں  
لیکن انیا میں ایسے بھی پر اسرار گڑھے نمودار  
ہوئے ہیں جن کا احاطہ میلوں میں ہے۔ دنیا کا  
سب سے خوفناک گڑھا بیلز (برازیل) کے  
ٹرائیک سمندر کے اندر میں موجود ”گریت بلو  
ہول“ ہے۔ اس گڑھے کا احاطہ 984 فٹ اور  
گہرائی 407 فٹ ہے۔ دوسرے نمبر پر فلوریڈا  
وولٹر پارک کا گڑھا ہے جو مئی 1981ء میں  
اچانک نمودار ہوا تھا اور 350 فٹ چوڑی زمین  
کو نگل گیا، اس کی گہرائی 75 فٹ ہے۔

مہر میں منتقل القطارة Qattara  
Depression گڑھا سطح سمندر سے  
440 فٹ نیچے ہے، یہ 186 میل لمبے اور 95  
میل چوڑے رقبے پر پھیلا ہوا ہے۔  
انگینڈ کی کوئی تاریخ یا ک شاز کے  
علاقے رپون میں مسلسل ایسے ہی گڑھے بن  
رہے ہیں۔

پانچویں نمبر پر دنیا کے سب سے خوفناک

ہے دمیانی میں اسکی گاڑی بارشوں کے پانی سے ٹوٹی گڑھے ٹوٹے مالا شہر کے بچوں 2007ء اور 2010ء



وولٹر پارک، فلوریڈا



تبرہ، شمالی عمان

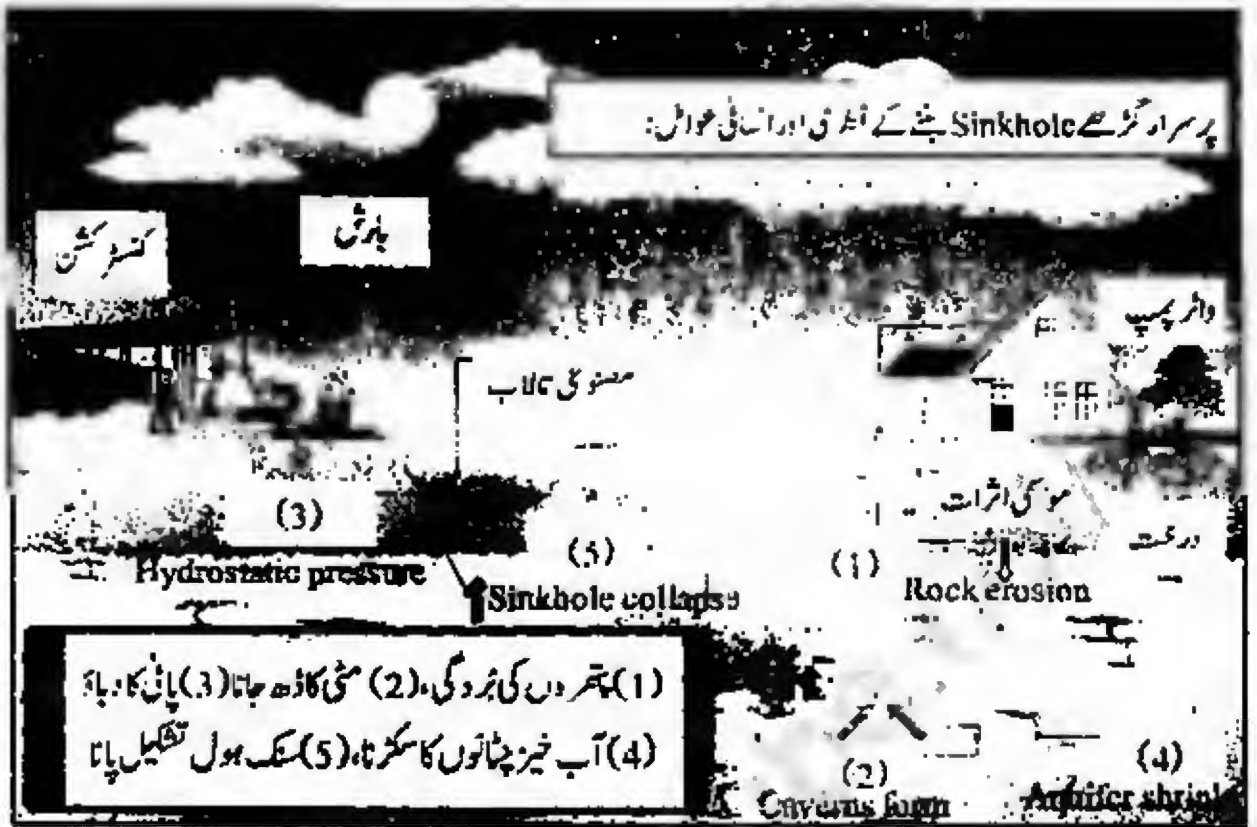
شیطان گڑھا، ٹیکساس



ٹراڈز مانی ترائیک، چین

مارچ 2015ء





عمان کے علاقے Bimmah میں بھی ایسا قدرتی گڑھا موجود ہے۔ اچانک نمودار ہونے والا 98 لیٹر گہرا یہ گڑھا اب پمپ کی مانند دکھائی دیتا ہے اور اب ”ہویہ نجم“ نامی پارک کا حصہ ہے۔



اب آتے ہیں اس سوال کی طرف کہ یہ پر اسرار گڑھے کیا ہیں....؟ کیوں پیدا ہوتے ہیں....؟ ان کے متعلق سائنس کیا کہتی ہے....؟

یہ گڑھے سائنسی اصطلاح میں Sinkhole (گڑھا یا آبیگرہ) کہلاتے ہیں، کچھ لوگ انہیں Swallow Hole بھی کہتے ہیں۔ کیونکہ جب یہ گڑھا نمودار ہوتا ہے تو زمین کی اوپری سطح اس طرح ڈھل جاتی ہے، جیسے کسی نے اسے گھل لیا ہو۔

سائنسدانوں کے مطابق یہ گڑھے فطری اور کبھی کبھار انسانی عوامل کے نتیجے میں جنم لیتے ہیں۔ یہ دنیا بھر میں پائے جاتے ہیں اور عام طور سے ساحلی اور انہیلی

میں نمودار ہوئے ہیں۔ 23 فروری 2007 میں نمودار ہونے والا گڑھا 130 فٹ گہرا تھا، جو کہ گہروں کو گھل گیا، جس کی وجہ سے پانی اقبلا بدلتا اور بہا روں زخمی ہوئے۔ 2010ء میں نمودار ہونے والا گڑھا 65 فٹ چوڑا اور 100 فٹ گہرا تھا، یہ گڑھا ایک تین منزلہ فیکٹری کو گھل گیا۔ بعد میں حکومت نے ان گڑھوں کو چھونے کے پتھر، سمیٹ و فیہ ڈال کر بند کر دیا۔

چین کے علاقے ژیاؤ زہائی جیاگنگ نے پہاڑوں میں موجود قدرتی گڑھا 2171 لیٹ گہرا ہے۔ اسے 1994ء میں دریافت کیا گیا تھا۔

وینزویلا کے انتہائی دور افتادہ پہاڑی علاقے میں بھی ہزار فٹ گہرے ایسے گڑھے ہیں، جو انتہائی حد تک قدرتی معلوم ہوتے ہیں۔

امریکی ریاست ٹیکساس میں موجود گڑھا ایول سک ہول (شیطان گڑھا) کے نام سے مشہور ہے، 240 باقی 360 فٹ بیضوی یہ گڑھا 110 فٹ گہرا ہے۔





سڑتوں پر چلنے والے ٹرکوں اور گاڑیوں کے وزن کے باعث سڑک کے نیچے موجود چوٹے کے پتھر اور چٹنی مٹی جو بھر بھری ہو چکی تھی ہانکل ہی نیچے گئی اور زمین پر بڑے بڑے بول بن گئے۔

بعض ماہرین ارضیات کا استدلال ہے کہ ان عجیب و غریب گڑحوں کا اصل سبب شہر کے اطراف میں پانی جانے والی سرنگیں ہیں۔ شہر کے اطراف کی جانے والی مائننگ کی وجہ سے زیر زمین پانی کا نظام برقی طور پر متاثر ہوا ہے جس کے باعث زمین کے اندر پانی کی کمی ہو جاتی ہے اور ارضیاتی تبدیلیاں وقوع پذیر ہوتی ہیں اور یہ زمین پر پڑنے والے گڑحوں کا سبب بن رہا ہے۔

سائنسی تجزیہات کے برعکس عام افراد ان واقعات کو عقائد اور توہمات کی کسوٹی پر پرکھ رہے ہیں۔ اکثریت کی رائے ہے کہ زمین کا یوں دھنس جانا قیامت کی نشانیوں میں سے ایک نشانی ہے۔ بیشتر مذہب میں دنیا کے خاتمے کے قریب زمین کے دھنس جانے کا مذکور ملتا ہے۔ رومن کے قدامت پسند حلقے ان واقعات کو خدا کا عذاب قرار دیتے ہیں اور عوام کو مذہب کی جانب لانے اور اور اپنے گناہوں کی معافی مانگنے کی تلقین کرتے ہیں۔

وجہ انسانی ہو یا فطری، یہ بات لمحہ فکریہ ہے، دنیا بھر میں معدنی ذخائر کے حصول کے لیے کھدائی کا عمل جاری ہے۔ کہیں بیہوش اور دیگر پیش قیمت پتھر تلاش کیے جاتے ہیں، کہیں نمک، کہیں کوئلہ، کہیں بیسزول نکالنے کے لیے زمین تھوڑی جا رہی ہے، کہیں گیس کے حصول کے لیے یہ عمل انجام دیا جا رہا ہے۔ تاہم اسے انجام دینے والے اس عمل کی وجہ سے مستقبل میں ان گڑحوں کے نمودار ہونے کے خدشات بڑھ سکتے ہیں۔



علاقے میں ظاہر ہوتے ہیں، جہاں کی مٹی میں کینٹھ کاربونیٹ وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ دراصل سخت ترین زمین کے درمیان بھی خلا ہوتا ہے، دراڑیں ہوتی ہیں۔ مسلسل بارش یا کھاتی کے ناقص نظام کی وجہ سے زمین پانی جذب کرتی رہتی ہے اور ہوتے ہوتے یہ پانی زیر زمین پانی تک پہنچ جاتا ہے۔ ایسی زمین بظاہر ٹھوس لگتی ہے، مگر اس کا اندرون حصہ اپنی سختی کھو چکا ہوتا ہے اور پھر ایک ایسا وقت آتا ہے جب زمین اندر کو دھنس جاتی ہے۔ کبھی کبھار یہ عمل سست روی سے انجام پاتا ہے، پر کبھی کبھار یہ اچانک بھی ہو سکتا ہے۔

ماضی میں جب سائنس نے ترقی نہیں کی تھی، اس قسم کے گڑحوں سے مافوق الفطرت قسے جوڑ دیے جاتے تھے، اسے پر اسرار قوتوں کی کارستانی تصور کیا جاتا تھا، مگر آج ان کی سائنسی توجیہ کی جاسکتی ہے۔ ساحلی علاقوں کی زمین میں نمکیات ہوتے ہیں۔ اگر وہ دھیرے دھیرے محل جائیں تو ایک وقت ایسا آتا ہے کہ جب زمین اٹھ جاتی ہے۔ کچھ برس قبل بحر مردار کے کنارے ایک ایسا ہی گڑھا ظاہر ہوا تھا۔ ماہر ارضیات کے مطابق اس قسم کے گڑھے عام طور سے ساحلی اور ریتیلی زمین پر نمودار ہوتے ہیں، مگر روس کا شہر ساراتو چٹانی زمین پر ہے اور ساحل سمندر پر بھی نہیں۔

روسی ماہرین ارضیات گرگوری مارکوف کا کہنا ہے کہ رومن میں ان واقعات کا سبب زیر زمین پانی کی بڑھتی ہوئی سطح ہے۔ موسم بہار میں یہاں شدید برف پڑتی ہوئی ہے۔ جوں جوں موسم گرم ہوتا ہے برف پگھلے گی کہ زمین میں جذب ہو جاتی ہے۔ سارا میں زیر زمین پتھر برسوں تک پانی میں رہنے کی وجہ سے گھل گئے ہیں اور پانی نے مٹی کو بھر بھر اکٹرا دیا ہے۔ زمین کے اوپر



# AZEEMI

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

AZEEMI'S

## SUNRAYS



HERBAL SHAMPOO

اب نئی ویدیز ب پیلنگ میں

RS: 85/=

سن ریز بریل شیمپو یا عطیہ لیبارٹریز کی دیگر پروڈکٹ کے لیے  
کراچی میں ہوم ڈیلیوری کی سہولت بھی موجود ہے۔  
کراچی اور حیدرآباد کے مختلف علاقوں میں اسٹاکسٹ کے نام جاننے کے لیے  
یا ہوم ڈیلیوری کا آرڈر دینے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے۔

021-36604127



58

Copied From Web



# عقل حیران ہے...! سائنس خاموش ہے...!

دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار  
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی

ذہنی منطق کے بغیر تو گزر سکتی ہے۔ جذبات، احساسات اور وجدان کے بغیر نہیں....  
پراسراریت میں انسان کی دلچسپی اذی ہے اور ابد تک رہے گی۔ گو کہ ہر دوسرا فوق القدرت باتوں کی کوئی منطق نہیں  
ہوتی اور نہ سائنس کے مزوجہ اصولوں سے انہیں ثابت کیا جاسکتا ہے لیکن عشق، محبت اور سچے خوابوں کی بھی تو کوئی عقل  
توجیہ یا تشریح نہیں کی جاسکتی۔ ان کا ہونا ہی ان کی سائنس ہے۔ عقل کی محدودیت میں انہیں سمجھا نہیں جاسکتا۔ یہ سب  
غیر عقلی باتیں بھی لوازمات حیات ہیں۔  
یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہماری ہر گز دلچسپی بھی بہت  
سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا ہے۔ آج بھی اس کڑے اور غریب دنیا کے راز  
ہوتے ہیں اور ہم انہیں سمجھنے کے لیے حیرت کا بار بار سامنے آتے ہیں۔  
محقق سائنس دانوں کی تلاش نئی ہوتی ہے۔

سولہویں صدی عیسوی کے فرانسیسی نجومی نو سٹروڈیس  
کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ پیش گوئیوں پر اس کی کتاب لیس  
پروپھتیاں Les Propheties چار سو سال میں سب سے زیادہ  
بکنے والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نو سٹروڈیس نے دنیا کے  
بڑے بڑے واقعات کی حیران کن پیش گوئی کی تھی، اس نے  
انقلاب فرانس، شادہنری کی موت، پولینڈ، اٹلی، جنگ عظیم  
اولیٰ و دوم، صدر کینیڈی کا قتل، ناکین الیون، ویس صدی کی  
سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ  
اس کی 942 پیش گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔

THE MAN  
WHO SAW TOMORROW



ناتسٹروڈیس، جو اپنے دلائل و دیکھ سکتا تھا...



سترو مئی 1791ء برج تھی۔ تختی کی پشت پر ایک  
رباعی یوں درج تھی:

انقلاب کے دو سال بعد پانچویں مہینے میں  
تین شرابی پرانی قبر کھودیں گے  
وہ اسی رات مر جائیں گے  
اور تیسرا آخر تک پاگل رہے گا  
یہ رباعی پڑھ کر تینوں کا نشہ ایسا کالور ہوا کہ وہ  
خوف زدہ ہو کر پیچھے ہٹے اور سر پہٹ دوز پڑے مگر انقلابی  
پولیس نے انہیں بھاگتے دیکھ لیا۔ انہیں انقلاب  
دشمن عنصر سمجھ کر ان پر گولی چلا دی گئی۔ جس کے  
نتیجے میں ان میں سے دو موقع پر ہلاک ہو گئے اور تیسرا  
شدت خوف سے مرتے دم تک پاگل رہا۔

یہ تقریب نہ تو کسی شاہی حکمران کا تھانہ کسی امراء  
طبقے کے فرائد کا اور نہ ہی کسی کلیسیائی راہب کا... یہ  
مقبورہ سولہویں صدی عیسوی کے شاہی طبیب کا تھا، جو  
ایک ماہر فنیات بھی تھا اور ظہر نجوم سے شغف رکھتا  
تھا۔ ان کا نام میشل ایچ نوٹریے ڈوم Michel de  
Nostredame تھا۔ جو لین پیٹریوں کے حوالے  
سے تاریخ میں نوٹریے ڈیس کے نام سے جانا گیا۔

سولہویں صدی عیسوی کے اس فرانسیسی نجومی  
نوٹریے ڈیس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ وہ ایک  
صاحب بصیرت اور دانش مند عالم تھا اور اپنی داخلی  
صلاحیتوں کی بدولت پیش بینی کر رہا تھا۔ اس نے دنیا کے  
بڑے بڑے واقعات کی خبر ان کن پیش گوئی کی تھی۔  
ان پیشین گوئی میں ایک خاص نقطہ نظر ہوتا تھا، پیش  
گوئیوں پر اس کی کتاب لیس پروفٹیز Les  
Propheties چار سو سال میں سب سے زیادہ کئے  
والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نوٹریے ڈیس نے انقلاب  
فرانس، شاہجہانی کی موت، پولینڈ، ہنگر، جنگ عظیم

اٹھارہویں صدی میں جب فرانس کے حکمرانوں،  
امراء، طبقوں اور کلیسا کا گٹھ جوڑ عوام کا استحصال کر رہا  
تھا، بڑی بڑی اور زرخیز زمینیں امراء و اہل کلیسا کے قبضے  
میں تھیں، وہ کوئی ٹیکس ادا نہیں کرتے تھے، جب کہ  
عام کاشت کاروں پر محاصل کا شدید بار تھا، غریب کے  
لیے انصاف کے دروازے بھی بند تھے۔ جب مظالم اور  
استحصال سے تنگ آئے ہوئے دیہی طبقے کے ضبط کا  
بندھن ٹوٹ گیا تو انہوں نے 14 اگست 1789ء کو  
بغاوت کر دی۔ اس بغاوت میں ہزاروں افراد کو موت  
کے گھاٹ اتار دیا گیا، امراء اور حکمران طبقوں میں کسی  
کی گردن محفوظ نہ تھی۔

یہ مئی 1791ء کا واقعہ ہے، جب دو سال سے چلنے  
والا فرانسیسی انقلاب اپنے عروج کے دور میں تھا، جب  
بڑے بڑے سرکاش کر ظالم حکمران عبرت ناک انجام تو  
پہنچائے جا رہے تھے۔ دوسری جانب ماضی کے  
بادشاہوں کی قبروں کو کھود کر ہڈیاں تک جلائی جارہی  
تھیں۔ ایسے میں تین چرواہوں کے دماغ پر شراب کا  
نشہ ان کی عقل پر حاوی ہو گیا تھا مگر وہ اس بات سے بہ  
خبر تھے کہ کوئی بد قسمتی انہیں دعوت قضاوت سے ہی  
تھی۔ انہوں نے نشے میں بہ مست ہو کر ایک شاہی قبر  
کھودنے کا فیصلہ کر لیا تھا۔ وہ قبر ایک پرانے چرچ کے  
اٹھارے میں تھی جس میں رکھا نگیزی کا تابوت دو سو سال  
سے زیادہ عرصہ گزرنے کی وجہ سے گل سڑ چکا تھا۔ نشے  
میں دھت ان تینوں اشخاص نے قبر کھودی تو کھانا بڑا  
تابوت ان کے سامنے تھا۔ تابوت کھلا تو جیت کی خوشی  
میں قہقہے لگانے والوں کی آواز ان کے حلق میں اٹک  
رہی اور آنکھیں تیرت سے پھیل گئیں۔ ان کی حیرت  
کی وجہ ہڈیوں کا دھانچہ نہیں بندھ دھانچے کے جگے میں  
لٹکی جھیل کی وہ تختی تھی جس پر اس ان کی تاریخ یعنی

فرانسیس



پیشگوئیوں سے ملائی جاتی ہیں۔



لوسٹر ڈیمس کا تعلق ایک قدیم

یورپی یہودی تاجر خاندان سے تھا،

تیرہویں صدی عیسوی میں یہ تاجر

خاندان وسطی فرانس کے

علاقے پر دوفنس

کے شہر سینٹ ریے

میں آکر آباد ہو گیا۔

یہ خاندان انگلینڈ سے

ہجرت کر کے یہاں

آیا تھا کیونکہ مسلم حکومت کے زوال کے ساتھ ہی جن

علاقوں پر عیسائی قابض ہوئے تھے وہاں انہوں نے

مسلمانوں اور یہودیوں کو بھی اپنا نشانہ بنانا شروع کر دیا

تھا۔ اس وقت اٹلی، اسپین، جنوبی یورپ کی ساحلی

ریاستیں اور وسطی یورپ یہودیوں کے قید خانوں میں

جان گئے تھے جہاں وہ چھپ چھپ کر زندگی

تھاڑتے تھے۔ بہتر اور آسان زندگی کی تلاش میں وہ

مغربی یورپ کا رخ کرنے لگے جہاں کے باشندے حال

ہی میں دائرو عیسائیت میں داخل ہوئے تھے اور ان میں

نہ ہی تعصب پر اسے عیسائیوں کے عقائد میں کم تھا۔

یہ ممانک جرمنی، فرانس اور انگلینڈ تھے۔

اس یہودی خاندان کا کوئی مخصوص نام نہیں تھا

لیکن ان خاندان کے بارے میں یہ بھی کہا جاتا ہے کہ

یہ یہودیوں کے قبیلے بنی اشکار یا یساکر (Issachar) سے

تعلق رکھتا تھا۔ اس قبیلے کے بارے میں مشہور ہے کہ

اس کے لوگ پر اسماء علوم کے ماہر ہوتے تھے۔ قدیم

پر اسماء اور مارائی علوم، جیسے علم نجوم، قال، زانچہ، جادو

نونا، جہاز چوکنک، کہانت ان میں عام تھی۔ عیسائی کلیسا

یشیل بی لوسٹر ڈیمس

اول و دوم، صدر تینبندی کا قتل، نائین ایون،

ایکویں صدی کی سائنسی انقلابات کی درست

پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس کی 942 پیش

گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔

یہی نہیں اس نے اپنے مرنے کی پیش

گوئی بھی اپنی زندگی میں ہی کہہ دی تھی

اور یہ بھی بتا دیا تھا کہ اس کی موت کے

225 سال بعد اس کی قبر کو کوئی کھودے گا چنانچہ

لوسٹر ڈیمس نے تاکید کی تھی کہ اس کے تابوت میں

سینے پر پتیل کی تختی پر 17 مئی 1791ء لکھ کر رکھ دیتا،

اور ایسا ہی ہوا لوسٹر ڈیمس کی یہ کی پیش گوئی حروف ہ

حروف پورن ہوئی، اس کی قبر کشائی سے متعلق یہ

دلچسپ واقعہ آج بھی مشہور ہے۔ لوسٹر ڈیمس کی قبر

آج بھی Church of the Cordeliers of

Salon میں موجود ہے لیکن پیشگوئی کی تختی نہیں مل

ہو سکی ہے۔ لوسٹر ڈیمس کی کتاب میں مذکور ہا

پیشگوئی موجود نہیں البتہ اس سے متعلق ایک پیشگوئی

(صدی 9: رباعی 7) ملتی ہے کہ

Qui ouvre le monument troué,

ne viendra le servir proprement,

Mais lui viendra,

qui ne pourra prouver

man who opens tomb when it found

And does not close it immediately,

Evil will come to him

That no one will be able to prove.

جو شخص اس مقبرے کو پا کر کھولے گا

اور اس کو دوبارہ جلدی بند نہیں کرے گا

اس پر مصیبت (آفت) نازل ہوگی

کوئی بھی یہ ثابت کرنے سے قاصر ہوگا

لوسٹر ڈیمس کے مداحوں کے نزدیک وہ بھی پیش

گوئیاں کرتا تھا، آج بھی دنیا میں کہیں بھی کوئی اہم واقعہ

ظہور پذیر ہوتا ہے تو ان کی کتابیں لوسٹر ڈیمس



بہر صورت اس بچے کو بچانا چاہتا تھا اور اس کے لیے وہ اپنا مذہب تک بد لے کر تیار تھے۔ آخر اس بچے میں ایسی کنایات تھیں کہ اسے پہچاننے کے لیے یہودیوں کا ایک بہت بڑا خاندان اپنا مذہب تبدیل کرنے کو تیار ہو گیا تھا۔۔۔؟ بچے کا نام - میشل ڈی نو سترے ڈیم رکھا گیا۔ بعد میں بچہ نام - ڈیمس کے نام سے مشہور ہوا۔

بچے کے والد کا نام جیک ڈی لو ستر ڈیم Jacques de Nostredame اور والدہ کا نام رینی ڈی سینٹ ریمی Renée de Saint-Remy تھا۔ یہ خاندان آریس Arles شہر سے 10 میل کے فاصلے پر واقع مہونے سے قریب سین ریمی میں آباد تھا۔

بچے کا والد پیر ڈی نو ستر ڈیمس، جو علم و تحقیق سے شغف رکھتا تھا، یہودیوں کے مذہبی علم، تلمود، عبرانی، ریاضی اور فلکیات کا ماہر تھا۔ اس نے میشل کے لیے فیصلہ کیا کہ اسے کسی اسکول میں داخل نہیں کرایا جائے گا اور نہ ہی اسے گھر سے باہر جانے اور لوگوں سے ملنے کی اجازت ہوگی۔ اس کے لیے طے ہوا کہ وہ ابتدائی تعلیم اپنے ماما جیمین ڈی سینٹ ریمس Jean de St. Remy سے حاصل کرے گا، جو ایک شامی طبیب تھے۔ اصل میں اس تعلیم کا مقصد میشل کی بنیاد کو مضبوط کرنا اور اسے آنے والے دنوں میں عیسائی معاشرے کا سامنا کرنے کے قابل بنانا تھا۔ میشل تین یا چار سال کی عمر سے اپنے ماما کے پاس پڑھنے چلا گیا۔

میمن، میشل کو مجدد نامہ قدیم (بائبل) کی عبرانی، یونانی، لاطینی زبان، فلسفہ، ریاضی، فلکیات اور قدیم مذہبی علوم اور خاص طور پر قبالہ Qabbala مکتبہ فکر کی تعلیم دیتا۔ (قبالہ ایک یہودی مکتبہ فکر ہے جو تورات کی باطنی تشریح اور روحانی فلسفہ پر عمل پیرا ہے، ان کے علوم زبانی سینہ بہ سینہ منتقل ہوتے ہیں)

اس نے ایسے علوم کو جادو ٹوٹ کے ضمن میں شیطانی افعال قرار دیا تھا اور وہ کسی صورت انہیں برداشت نہیں کرتے تھے۔ جادو یا کسی قسم کے پراسرار علوم میں فوٹو شخص کو زندہ جلا دیتا جاتا تھا۔ یہ اتنا سنگین جرم مانا جاتا کہ جو شخص ایک مرتبہ اس الزام میں کلسیائی عدالت تک پہنچ جاتا اسے موت کی سزا سنائی جاتی چاہے اس کے خلاف کوئی ثبوت یا گواہ ہو یا نہ ہو۔ ظاہر ہے ایسے ماحول اس قبیلے نے اپنی شناخت چھپا کر رکھی تھی، ایسا بھی ہوتا کہ یہ جہاں رہتے تھے بظاہر وہاں کے مقامی لوگوں کا مذہب اختیار کر لیتے تھے۔ مسلمانوں میں مسلمان بن جاتے تھے اور عیسائیوں میں عیسائی۔ نو ستر ڈیمس کے آباؤ اجداد تاجر تھے مگر فرانس میں آباد ہونے کے بعد اس قبیلے کے افراد نے تجارتی سرگرمیوں کو کر دیا اور ملازمت کے پیشے کو اختیار کیا۔

چودہ دسمبر 1503ء کو اسی خاندان میں ایک بچے نے جنم لیا۔ جب اس بچے کا زائچہ بنایا گیا تو خاندان کے بزرگ حیرت مندی ہو گئے۔ بچے خوبصورت اور مخصوص یورپی عدد و خال لیے ہوئے تھا۔ وہ سنہری ہاتھوں اور کھڑے نقوش کا حامل تھا اور بچپن سے اس کی وجاہت نمایاں تھی۔ لیکن خاندان کے ان بزرگوں نے جو قدیم علوم کے حامل تھے اس کی شاہد و پیشانی میں کچھ اور ہی دیکھا اور انہوں نے فیصلہ لیا کہ اب وقت آ گیا ہے کہ وہ مقامی عقیدہ یعنی عیسائیت اپنالیں۔ ورنہ یہ بچہ جب بڑا ہوگا اور اس کی باتیں عام ہوں گی تو اس سے ساتھ اس خاندان کی شامت بھی آجائے گی۔ میشل کے بزرگ جان گھٹتے تھے کہ اس میں مستقبل کو جاننے کی صلاحیت ہے اور یہ صلاحیت پیدا کئی تھی۔ اگر وہ اس کا سربنام اظہار کرتا تو یقین ممکن ہے اس پر جادو کا الزام لگا کر اسے زندہ آگ میں جلا دیا جاتا۔ پورا خاندان



میشیل اپنے نانا کے سامنے دست بستہ کھڑا ہوتا اور پوری توجہ سے اس کا کہا ایک ایک لفظ سناتا تھا۔ جین اپنے نواسے کی ذہانت اور یادداشت پر حیران تھا۔ وہ اسے ایک مرتبہ جو بتا دیا وہ اس کی یادداشت میں ہمیشہ کے لیے محفوظ ہو جاتا تھا۔ یہی نہیں سب جین اس سے کسی مضمون کے بارے میں بحث کرتا تو میشیل پورے اعتماد اور دلائل کے ساتھ اسے جواب دیتا تھا۔ اس کے ساتھ ساتھ جین اسے طب اور خاص طور سے آسٹریولوجی (فلکیات) کا سبق بھی پڑھاتا تھا۔ وہ میشیل پر زور دیتا تھا کہ دنیا کی تعلیم اپنی جگہ لیکن اسے اپنے اندر کی خفیہ صلاحیتوں کو بیدار کرنا ہو گا تب ہی وہ کامیابی حاصل کر سکے گا۔ وہ اسے کچھ مشقیں کراتا تھا ساتھ ہی وہ اسے ان قدیم نقوش کو سمجھنے کی تعلیم دیتا تھا جو اصل میں تمام پر اسرار علوم کا ماخذ تھے اور مختلف کتابوں اور مخطوطوں میں ان کے خاندان میں ہزاروں سال سے محفوظ چلے آ رہے تھے۔ بعد میں میشیل نے ان نقوش کو اپنی پیش گوئیوں کی کتاب میں بھی استعمال کیا لیکن اس نے ان کی وضاحت کرنے سے گریز کیا تھا۔ وہ ان کے اسرار عام نہیں کرنا چاہتا تھا۔

دس سال کی عمر میں میشیل اس قابل ہو گیا تھا کہ اپنے طور پر مطالعہ کر سکتا تھا اور اس کی دلچسپی کا محور آسٹریولوجی اور فلکیات کی کتابیں تھیں۔ دس سال کی عمر کے بعد وہ گھر لوٹ آیا۔ اسے گھر سے باہر جانے اور دوست بنانے کی اجازت دے دی گئی تھی۔ اس کے بزرگوں کو اعتماد تھا کہ وہ منہ سے ایسی کوئی بات نہیں نکالے گا جس سے وہ خود یا اس کا خاندان مشکل میں پڑ جائے۔ میشیل نے دوست بنائے اور نوجوانوں والی سرگرمیاں شروع کیں۔ دوستوں کے اس حلقے میں کبھی کبھی اس کے منہ سے نہ چاہتے ہوئے بھی کسی کے

بارے میں ایسی بات نکل جاتی جو بعد میں پوری ہوتی تھی لیکن بچہ ہونے کی وجہ سے کوئی اس چیز کو اہمیت نہیں دیتا تھا۔ وہ اپنے چار بھائیوں میں سب سے بڑا تھا اور سب سے زیادہ ذہین تھا۔

لیکن جب وہ بارہ سال کا تھا تو اس کی ایک پیش گوئی کی وجہ سے اس کا خاندان مشکل میں پڑتے پڑتے رو گیا۔ میشیل کا گھر جس گلی میں تھا اس میں نا جین فلاز نامی ایک خاتون رہتی تھی۔ اس خاتون کا ایک لڑکا جولین تھا جو عمر میں میشیل سے ذرا چھوٹا تھا۔ ایک دن جولین میشیل اور اس کے دوستوں کے ساتھ کھیل کھیل میں جھگڑا ہو گیا۔ اس نے انہیں مارا اور ایک لڑکے کا سر پھاڑ دیا۔ میشیل کو اس پر غصہ آگیا اور اس نے جولین سے غصہ میں کہا ”تم جلد گھوڑے کی ٹاپوں سے تپلے جاکو گے اور تمہاری ماں تمہارے تابوت پر پھین کرے گی۔“

میشیل کے الفاظ نے جولین کو خوف زدہ کر دیا تھا۔ وہ خوف کے عالم میں گھر بھاگ گیا اور اس نے میشیل کی بات اپنی ماں کو بتادی۔ نا جین فلاز چراغ پا ہو گئی اور لڑنے کے لیے میشیل کے گھر پہنچ گئی۔ وہ چیخنے چلانے لگی تو محلے والے جمع ہو گئے اور نا جین نے ان کے سامنے بتایا کہ میشیل نے اس کے بیٹے کے بارے میں کیا کہا ہے۔ لوگوں نے نا جین کو سمجھایا کہ کھیل میں لڑائی ہو جائے تو بچے اس قسم کی باتیں کر جاتے ہیں اس کو سنجیدہ لینے کی ضرورت نہیں ہے۔

اس کے ایک مہینے بعد ہی جولین سڑک بسنے گزرت ہوئے ایک بے قابو گھمسی کی زو میں آگیا اور گھوڑے کے ٹاپوں سے ٹکڑ کر شدید زخمی ہو گیا اور دو دن بعد اس کا انتقال ہو گیا۔ غم و غصے سے پاگل نا جین نے اس کی شکایت ایک مقامی مذہبی عدالت میں کی اور میشیل کو جادو گرنی کا مرتکب قرار دینے کی درخواست



کی۔ لیکن عدالت نے تین وجوہات پر درخواست مسترد کر دی۔ ایک تو میشل بچہ تھا، دوسرے جو لین خانے کا شکار ہوا تھا۔ اس کی اپنی غلطی سے ہوا تھا۔ تیسرے جو لین جس بھی کے نیچے آیا تھا اسے ایک مقامی امیر زادہ چھڑا ہوا تھا۔ اصل وجہ یہی تھی، اگر میشل کو عدالت بلایا جاتا تو لازمی بات ہے امیر زادے کو بھی عدالت کا سامنا کرنا پڑتا۔ یوں میشل کی بچت ہو گئی اور اس کے بعد وہ پیش گوئیوں کے معاملے میں بہت محتاط ہو گیا تھا۔



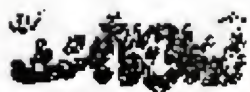
اس وقت تعلیم یافتہ نوجوانوں کے لیے دو ہی شعبے تھے۔ ایک تو وہ فوج میں بھرتی ہو جائیں اور اپنی صلاحیت کی بنیاد پر اونچے مقام تک پہنچ جائیں یا پھر میڈیکل کی تعلیم حاصل کریں۔ اس وقت یورپ میں صرف میڈیکل کی تعلیم باقاعدہ طور پر ڈینی جا رہی تھی۔ یہ وہی عام طور سے جنگ کو پیشہ بنانے سے گریز کرتے ہیں اور عیسائی ہونے کے بعد اس خانہ ان کے ہتھیار سے گرنے کی پالیسی پر قرار رکھی تھی۔ اب نے میشل کو طبی تعلیم کے لیے جنوب مشرقی فرانس کی مشہور، لیکن اورنگا ایوگ لون Avignon بھیجنے کا فیصلہ ہوا۔

اس وقت میشل پندرہ برس کا تھا، وہ اپنی خانہ مارگریٹ کے گھر چلا گیا، جن کی مدد سے وہ فرانس کی یونیورسٹی میں داخل ہو گیا۔ یونیورسٹی میں تعلیم حاصل کرنے کے لیے اسے زیادہ محنت نہیں کرنی پڑنی تھی تو وہ پہلے ہی مہرائی جانا تھا ساتھ ہی مناسب ایجنڈا اور فنکیات سے بھی واقف تھا۔ یونیورسٹی میں اسے ایک شاندار ذہن کا اسٹوڈنٹ کہا جاتا۔ ابھی میشل سون برس کا نہیں ہوا تھا لیکن جہاں تک ان کی علمی قابلیت کا تعلق تھا تو وہ اس وقت اس ادارے میں پڑھانے والے اساتذہ سے بھی زیادہ تھی۔ خاص طور سے زبانوں پر

یونیورسٹی میں اساتذہ کو بھی تیراں کر دیا تھا۔ یونیورسٹی ہی میں روکر اس نے قدیم عبرانی سری نغوم کا مطالعہ شروع کیا، ساتھ ہی وہ زبانیں بھی پڑھ رہا تھا۔ مہرائی پہ اسے دس سال کی عمر میں عبور حاصل ہو گیا تھا اور پھر اس نے لاطینی اور یونانی زبانیں سیکھیں تھیں۔ تھوڈی یورپ میں پائی جانے والی تمام کتابیں ان وہ زبانوں میں تھیں۔ فرانسیسی زبان اگرچہ بالکلشی میں ان زبانوں پر فوقیت رکھتی تھی لیکن ابھی اس میں ذخیرہ نغوم ملحق نہیں ہوا تھا۔ اس لیے کسی نغوم کو مکمل سیکھنے سے پہلے ان زبانوں پر عبور حاصل کرنا لازمی تھا۔ یونیورسٹی کی لائبریری میں میشل نے جن جن کتب اور فنکیات کے موضوع پر مبنی دلی بر کتاب پڑھ ڈالی تھی اور سونہ سال کی عمر میں وہ اس قابل ہو گیا تھا کہ کسی بھی فرد کے مستقبل کے بارے میں پیش گوئی کر سکتا تھا۔ 1520ء میں میشل ستر و سال کا ہوا تو اسے یونیورسٹی کی طرف سے Maître des Arts (پائی اسکول ڈی پومہ کی طرف) کی سند ملی، جس میں اسے حق دیا گیا کہ وہ ان کے اسکولوں میں حروف اور فلسفے کی تعلیم دے سکتا ہے۔ لیکن ایوگ لون میں میشل کا دل نہیں لگا اور اس کے بعد میں ماہر نسبیہ کے اسکول آف میڈیسن میں داخلہ لے لیا۔



جیسے جیسے میشل نوجوانی کی طرف بڑھ رہا تھا اس کی پیش گوئی کی صلاحیت بھی بڑھ رہی تھی۔ پہلے وہ یہ کام بے ساریت کرتا تھا لیکن اب وہ ذرا ہی کوشش کے بعد کسی شخص سے بارے میں پیش گوئی کرنے کا اہل ہو گیا تھا۔ ان نے اپنی پہلی اہم پیش گوئی اسی دو برس کی تھی۔ مگر دس سال کی عمر تک میشل کا رجحان مذہب کی طرف بہت زیادہ ہو گیا تھا اب اس کا اکثر فارغ وقت





چرچ میں گزرتا تھا۔ وہ ایک موقع پر سقائے چرچ میں  
 موجود تھا اور اپنے ایک دوست سے بات کر رہا تھا کہ  
 اس کی نظر چرچ کے کنوئیں سے پانی نکالنے ایک راہب  
 پر گئی اور وہ کچھ دیر سے دیکھتا رہا۔ اس نے اپنے دوست  
 سے اس کے بارے میں پوچھا تو اس نے بتایا کہ یہ مقامی  
 لوجوان راہب چرچ کے خدمت کاروں میں شامل  
 ہے۔ میشل ڈی ناسٹر ڈیس اس کی طرف بڑھا اور اس  
 نے پانی پیتے ہوئے راہب کا جھک نہ دامن چوم لیا۔ وہ  
 ناسٹر ڈیس کی اس حرکت سے حیران ہوا تھا اور اس  
 نے پوچھا۔ ”لوجوان تم نے ایسا کیوں کیا ہے.....؟“  
 اس نے جواب دیا۔ ”میں نے پوپ نے رومن و  
 بوسہ دیا ہے۔“

فلپینی پر رتی نای یہ راہب ناسٹر ڈیس نے اس  
 جواب پر مزید حیران ہوا تھا کیونکہ وہ اس وقت تک  
 بائیس سال کا تھا اور مقامی چرچ کا ایک مذہبی انتہا مت  
 کار تھا۔ پوپ بننا تو بہت دور کی بات تھی، اس کے فلیپی  
 مقامی چرچ کا پادری بننے کا بھی نہیں سوچا تھا۔ نیاں  
 برسوں بعد جب ناسٹر ڈیس دیانتہ رخصت ہو چکا تھا  
 تو فلپینی پر رتی نای ان راہب نے وہ شیکل میں پہن  
 دیں پوپ کی حیثیت سے قدم رکھا تھا۔ ناسٹر ڈیس نے  
 یہ حیرت انگیز پیش گوئی نصف صدی سے زیادہ عرصہ  
 گزر جانے کے بعد پوری ہوئی تھی ان نے ان وقت  
 اس نے کوئی اہمیت حاصل نہیں کی تھی مگر وہ ف  
 پوپ اور ناسٹر ڈیس یا اس سنہ چند جاتے دواں تک  
 محدود رہا تھا۔



1526 میں، شیر میں سڑکوں پر شہرہ آفاق  
 سے، پروفیسر زکواساں کو روکنے کے لئے بھیجا۔ یہ نیاں  
 یونیورسٹیاں بند کر دی گئیں۔ اس دوران ناسٹر ڈیس

تھوڑی دیر مانیسیلے یونیورسٹی سے دور رہا۔ وہ تین سال  
 کے بعد یونیورسٹی میں واپسی آیا۔ ساتھ پورپ میں  
 طاعون کی وبا پھیلنے لگی، وہ قدیم طب کے اصولوں کو  
 جانتا تھا اس لیے طاعون کے علاج کے لیے کچھ آسان  
 ادویات تیار کرنے کا طریقہ سیکھتا رہا۔ ماؤنٹ بیلیئر سے  
 تین سال بعد اسے میڈیکل کی ابتدائی ڈگری Red  
 Toga ملی۔ یہ ڈگری حاصل کرنے والا کسی ڈاکٹر کی زیر  
 نگرانی طبی پریکٹس کر سکتا تھا۔ یعنی ڈاکٹر بننے سے پہلے  
 جو عملی تجربہ برکار ہوتا ہے وہ حاصل کر سکتا تھا۔

عام طور سے ابتدائی ڈگری لینے والے طلبہ کسی شہر  
 کا رہنے کرتے تھے اور آگے تعلیم حاصل کرنے سے پہلے  
 امراء کا علاج کرنے دولت کھاتے تھے۔ لیکن اپنے  
 ساتھیوں کے برعکس میشل ڈی ناسٹر ڈیس نے فرانس  
 کے ان غریب ترین دیہات کا رخ کیا جہاں ان دنوں  
 طاعون نے وبا عام تھی اور خاص طور سے سیاہ طاعون  
 لوگوں کو موت کے منہ میں دھکیل رہا تھا۔

مشیل نے ان غریب اور بیمار دیہاتیوں کا اکی دن  
 سچے سے جان کیا کہ وہ ان علاقوں میں ولی مشہور ہو گیا۔  
 ان موقوں میں ش کے علاج کے لیے مشیل نے اپنی  
 طبی ذہانت استعمال کی اور خاص طور سے سیاہ طاعون  
 کے علاج میں کچھ ایسے طریقے استعمال کیے جس سے  
 بہت سارے مریض بچ گئے جبکہ سیاہ طاعون کو یقینی  
 موت کہا جاتا تھا۔ آنے والے تین سال تک مشیل  
 وہیں رہا اور اس دوران میں اس نے اپنے علاقے میں  
 اس وبا پر خاصی حد تک قابو پا لیا تھا۔ وہ واپس آیا تو ڈاکٹر  
 کی ڈگری اس کا انتظار کر رہی تھی۔ سیاہ طاعون کے علاج  
 میں اس کی وضع کی ہوئی ترکیبیں بہت کارآمد ثابت  
 ہوئی تھیں اور اس نے واپسی سے پہلے یہ خبر ماؤنٹ بیلیئر  
 کے اسکول آف میڈیسن تک پہنچ گئی تھی۔ اس کا



پر جوش استقبال کیا گیا اور اسے پورے اعزاز کے ساتھ ڈاکٹر کی ڈگری سے نوازا گیا۔ ڈاکٹر کی ڈگری حاصل کرنے کے بعد اس نے اپنا نام میٹیل کے بجائے، خاندانی نام ٹومسٹرے ڈیم سے اخذ کر کے خود کو ٹومسٹرے ڈیمس کہلانا شروع کر دیا۔

ماؤنٹ پیلیئر میڈیکل اسکول کی انتظامیہ نے اس سے درخواست کی کہ ایک سال کے لیے اسکول میں ٹیکچرر کے طور پر کام کرے اور اپنا طریقہ علاج نئے ڈاکٹروں کو سکھائے۔ ٹامسٹرے ڈیمس نے یہ درخواست قبول کر لی اور ڈسکول آف میڈیسن میں ایک سال تک نئے طلباء کو پڑھاتا رہا۔ یہ اس کے لیے کامیابیوں اور خوشیوں کا دور تھا۔ اس نے نہ صرف ہزاروں افراد کی جان بچائی تھی بلکہ دوسروں کو بھی اس موذی مرض سے محفوظ رکھنے کے طریقے بتائے۔ یہاں اسے عزت اور مقام ملا جبکہ ابھی اس کی عمر صرف چھبیس سال تھی۔ ایک سال بعد وہ واپس چاربا تھا تو اسکول کی جانب سے اعزازی فیلو کاسرٹیفکیٹ پیش کیا گیا تھا۔



یہ کہنا مشکل ہے کہ ٹامسٹرے ڈیمس کب باقاعدہ پیش گو بنا کیونکہ وہ اب تک غیر سنجیدہ تھا۔ اس نے جراثیم کا پیش گوئیاں کی تھیں وہ ابھی بنا سوچے سمجھے اور بے اختیار کی تھیں۔ جیسے فلیجی پریتی کے پوپ بننے کی پیش گوئی۔ اسی طرح اس نے ماؤنٹ پیلیئر میں ایک استاد جان گریفٹی کے بارے میں پیش گوئی کی کہ وہ جلد نااہل ہونے کی وجہ سے اسکول سے نکال دیا جائے گا۔ ٹامسٹرے ڈیمس کی پیش گوئی پر چراغ پا جان گریفٹی نے انتظامیہ سے اس کی شکایت کر دی اور جب انکو انری ہوئی تو پتا چلا کہ اس نے اپنی تعلیمی قابلیت کے بارے میں جھوٹ بولا تھا اور وہ اتنی استعداد نہیں رکھتا کہ اسکول میں طلباء کو

پڑھائے۔ جان گریفٹی کو نااہل قرار دے کر اسکول سے ہٹل دیا گیا۔ یوں ٹامسٹرے ڈیمس کی یہ پیش گوئی درست ثابت ہوئی۔

تیس سے چھبیس سال کی عمر تک ٹامسٹرے ڈیمس کا دھیان مکمل طور پر اپنی تعلیم اور مریضوں کے علاج پر رہا تھا ان دوران میں اس نے اپنی پیش گوئی کی صلاحیت کی طرف خاص توجہ نہیں دی تھی۔ ماؤنٹ پیلیئر سے بوڈیوکس Bordeaux اور ٹولوسی Toulouse واپس آنے کے بعد ٹامسٹرے ڈیمس نے بطور ڈاکٹر پریکٹس شروع کی، 1531ء میں ٹومسٹرے ڈیمس کو محقق ڈیویوس اسکالیر Julius Scaliger نے اپنے شہر اگن Agen میں طبی پریکٹس کے لیے مدعو کیا اور یہیں اس کی ملاقات ایک نوجوان خاتون، سیزنی ڈی انکوس Henriette d'Encausse سے ہوئی۔ ان میں تعلق اتنی تیزی سے بڑھا کہ انہوں نے جلد 1534ء میں شادی کر لی۔ اس نے ٹامسٹرے ڈیمس کے دو بیٹوں کو جنم دیا۔ بد قسمتی سے مختصر بے عرصے کے بعد 1537ء میں ٹامسٹرے ڈیمس کی بیوی اور دونوں بیٹے سیڑھا طاعون میں مبتلا ہو گئے۔ ٹامسٹرے ڈیمس کے بیوی بچے کس طرح اس بیماری میں مبتلا ہوئے تھے اس کی کوئی وضاحت موجود نہیں ہے۔ کیونکہ ٹامسٹرے ڈیمس اس مرض کے علاج کا ماہر تھا اور ہزاروں مریضوں کو بچا چکا تھا مگر وہ اپنے بیوی بچوں کو نہیں بچا سکا۔

بہر حال ٹامسٹرے ڈیمس کے لیے یہ بہت بڑا صدمہ تھا۔ اس کا کل اثاثہ اس کے یہی بیوی بچے تھے۔ کہا جاتا ہے اس کے بعد ہی وہ دنیا سے دل برداشتہ ہو گیا تھا اور اس نے اپنی توجہ باطنی دنیا کی طرف کر لی تھی اور اس وقت اس کی پیش گوئی کی صلاحیت ابھر کر سامنے آئی۔ (حسداری ہے)



تعلیم کا اعزاز



# پاک سوسائٹی

stube.net/

ٹرین کے اس کپارٹمنٹ میں میرے سوا کوئی مسافر نہیں تھا۔ پچھلے ڈیڑھ گھنٹے سے میں نے اتنے بڑے کپارٹمنٹ میں اکیلے ہی سفر کیا تھا۔ مجھے امید تھی کہ چند منٹ بعد جب یہ ٹرین ایک اور چھوٹے سے اسٹیشن پر ٹھہرے گی تو وہاں سے کچھ مسافر اس کپارٹمنٹ میں ضرور سوار ہوں گے اور یہ، جان بوجھ کر لوٹ جائے گا۔

مجھے شانو سے ملے ہوئے تقریباً ڈیڑھ گھنٹہ ہو گیا تھا اور جب ٹرین روہنا Rohana اسٹیشن کی

تحریر: رسکن بوقڈ  
ترجمہ: یعقوب جمیل

حدود میں داخل ہو رہی تھی۔ اس اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر بھی مسافروں کا رش نہیں تھا۔ لیکن میری امیدیں خاک میں ملنے سے بچانے کے لیے، ایک مسافر میرے کپارٹمنٹ میں سوار ہوئی گیا۔ یہ ایک نو عمر لڑکی تھی۔ اس لڑکی کو رخصت کرنے اس کے والدین اسٹیشن تک آئے تھے، ایک ادھیڑ عمر عورت اور ایک ادھیڑ عمر مرد۔

اس روٹ پر چلنے والی گاڑیاں زیادہ تر خالی ہی آتی جاتی ہیں۔ اس کی وجہ شاید یہ ہے کہ شالو ٹاٹی یہ اسٹیشن بہت چھوٹا سا ہے۔ اس کے آس پاس مختصر آبادیوں والے چھوٹے دیہات آباد ہیں۔

شالو اسٹیشن کے ارد گرد کے دیہات غریب اور محنت کش آبادیوں پر مشتمل ہیں۔ ڈھور مولشی پالنا



وہ عورت بار بار لڑکی کو تاکید کرتے ہوئے کہہ رہی تھی۔ ”دیکھو بیٹی، اپنا بہت خیال رکھنا، اپنا بیگ اپنے پاس ہی رکھنا اور ہاں کسی کی وی ہوئی کوئی چیز مت کھانا، صرف دو ڈھائی گھنٹے کا سفر ہے اور....“

”بس بس ماں، مجھے معلوم ہے۔“ لڑکی نے مترنم آواز میں اپنی ماں کی بات کاٹی اور بولی۔ ”میں پہلے بھی تو ایک مرتبہ آچکی ہوں۔“

”وہ تو خٹیک ہے بیٹی، مگر میں تیری ماں ہوں۔ مجھے فکر تو ہوگی۔“ ادھیڑ عمر عورت نے کہا۔

”اچھا دیکھ، تیرے چاچا چاچا جی تجھے لینے کے لیے آئیں گے۔ تیرے بابا نے تیرے ڈبے کا نمبر انہیں بتا دیا ہے۔“

”خٹیک ہے ماں، اب تم لوگ جاؤ۔“ لڑکی نے کہا۔ ”ٹرین چلنے والی ہے۔“

مجھے نہیں معلوم کہ وہ لڑکی گوری تھی یا کالی، اس کے بالی سنہرے تھے یا سیاہ.... چھوٹے تھے یا لمبے۔ اس نے کون سے کپڑے پہنے تھے اور ان کپڑوں کا رنگ کیسا تھا....؟ میں کچھ بھی تو دیکھ نہیں سکتا تھا۔

تین سال پہلے کی بات ہے کہ میں اور میرا چھوٹا بھائی مڑک کے ایک خوفناک حادثے کی لپیٹ میں آ گئے تھے۔ اس حادثے میں میرے چھوٹے بھائی کے ایک پاؤں اور کندھے میں فریکچر ہو گیا جس کی وجہ سے اسے تقریباً چار ماہ تک بستر پر ہی پڑا رہنا پڑا تھا۔ جبکہ میرے سر کے جھپٹے مجھے پر لگنے والی زبردست چوٹ نے میری پرانی چھینٹی تھی اس لیے میں نہیں بتا سکتا کہ وہ لڑکی دیکھنے میں کیسی تھی....؟

لیکن میں نے یہ اندازہ تو لگایا تھا کہ لڑکی نے اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے ہیں کیونکہ جب وہ

کپار ٹمنٹ میں داخل ہونے کے بعد کسی سیٹ پر بیٹھنے کے لیے آگے بڑھی تو اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ سے ہی میں سمجھ گیا کہ ایسی آواز اونچی ایڑی والے سینڈل کی ہی ہو سکتی ہے۔

میں اس کا چہرہ تو نہیں دیکھ سکتا تھا لیکن اس کی کھٹکتی ہوئی سریلی آواز سن کر یہ اندازہ قائم کر لیا تھا کہ اپنی آواز کی طرح لڑکی بھی بہت خوبصورت ہوگی۔

چند منٹوں تک ریٹکتے رہنے کے بعد جب ٹرین کی رفتار میں تیزی آگئی تو میں نے اپنی جگہ پر بیٹھے بیٹھے ہی کہا۔ ”کیا آپ میسوری Mussoorie جا رہی ہیں یا دہرہ دون Dehradun تک کا ہی سفر ہے....؟“

میں شاید کپار ٹمنٹ کے کسی اندھیرے گوشے میں بیٹھا تھا کیونکہ میں نے محسوس کیا کہ میری آواز سن کر وہ بری طرح چونک پڑی تھی۔ وہ کپار ٹمنٹ میں آنے کے بعد سے اب تک مجھے دیکھ نہیں پائی تھی۔ وہ بولی تو حیرت اس کی آواز سے مترشح تھی۔ ”ارے.... مجھے تو معلوم ہی نہیں تھا کہ یہاں کوئی اور بھی ہے! میں تو سمجھی تھی کہ میں اکیلی ہی ہوں۔“

”ہاں، اکثر ایسا ہو جاتا ہے۔“ میں نے بتتے ہوئے کہا۔ ”مثال کے طور پر جب آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے تو آدمی سامنے کی چیز بھی دیکھ نہیں پاتا۔“

”نہیں، یہ بات نہیں ہے۔“ اس کی آواز کی جھنکار میری سماعت سے نکل گئی۔ ”اصل میں جس جگہ آپ بیٹھے ہیں، اس طرف میں نے نظر ہی نہیں ڈالی تھی.... سوری۔“

”نہیں.... نہیں.... اس میں سوری کرنے کی

کپار ٹمنٹ

68



کیا بات ہے....؟“

میں جلدی سے بولا۔ ”پہلے پہل تو میں نے بھی آپ کو نہیں دیکھا تھا لیکن میں نے آپ کو اندر داخل ہوتے ہوئے سنا ضرور تھا۔“

یہ بات میں بے دھیانی میں کہہ گیا تھا لیکن بات منہ سے نکل چکی تھی۔ اس لیے مجھے ڈر لگ رہا تھا کہ میری اس بات سے وہ سمجھ گئی ہوگی کہ میں ایک نابینا شخص ہوں۔ یہی میں نہیں چاہتا تھا کہ وہ لڑکی مجھے نابینا سمجھ کر تمام راستے مجھ سے ہمدردی کرتی رہے۔ ر اسی لیے میں سوچ رہا تھا کہ جلد بازی میں جو کئی بات میرے منہ سے نکل چکی ہے اسے ہنسی مذاق اڑایا جاسکتا ہے۔ لیکن اگر میں اسی ایک جگہ پر دبکا بیٹھا رہا تو اسے ضرور یہ یقین ہو جائے گا کہ میں کوئی معذور آدمی ہوں۔ اس بات کا خیال آتے ہی میں نے تیزی سے اپنی سیٹ پر پہلو بدلا اور لٹھنے کی کوشش کر ہی رہا تھا کہ لڑکی نے کہا۔ ”میں سہارن پور Saharanpur اتر جاؤں گی.... اسٹیشن پر میرے چاچا چچی مجھے لینے آئیں گے۔ ویسے آپ کہاں جائیں گے....؟“

میں پھر اپنی سیٹ پر چپک گیا اور بولا۔ ”پہلے دہرہ دون۔ وہاں ایک دو روز ٹھہر کر میسوری چلا جاؤں گا۔“

”اوو... آپ تو واقعی بڑے خوش نصیب ہیں۔“ وہ پُر مسرت لہجے میں بولی۔ ”میری بڑی خواہش ہے میسوری جانے کی۔ مجھے پہاڑی علاقے بہت پسند ہیں۔ اونچی اونچی پہاڑیوں کے درمیان گھومتا مجھے بہت اچھا لگتا ہے۔ سنا ہے کہ اکتوبر کے مہینے میں میسوری کے پہاڑوں پر بہار آ جاتی ہے۔“

”ہاں، یہ بہت اچھا موسم ہوتا ہے۔“ میں نے

کہا اور اچانک ہی میری بے نور آنکھوں کے پیچھے میسوری کے وہ خوب صورت مناظر ناپننے لگے جو میں نے ماضی کے اچھے دنوں میں دیکھے تھے۔

ہری بھری وادیاں، رنگ بہ رنگے پھولوں کی بہار.... اونچے اونچے پہاڑ اور ان کی سنگلاخ کوکھ سے نکلتے گنگنا تے جھرنے۔

یہ سارے دلکش مناظر میری یادوں میں تازہ ہوتے رہے پھر میں نے دھیمی آواز میں کہا۔ ”اس موسم میں وہاں کا ایک ایک منظر آنکھوں کے راستے دل میں اتر جاتا ہے۔ پہاڑوں کی چوٹیاں بھی رنگ بہ رنگے جنگلی پھولوں سے ڈھک جاتی ہیں، صبح کی ہلکی ہلکی نرم دھوپ بہت بھلی لگتی ہے اور رات کے وقت سلگتی ہوئی آگنی شمشیں کے سامنے بیٹھ کر گرم گرم کھانے کھانے کا لطف ہی کچھ اور ہوتا ہے۔ اس وقت تک، وہاں آئے ہوئے زیادہ تر سیاح واپس چلے جاتے ہیں۔ ان کے جانے کے بعد وہاں کے ہوٹل اور سڑکیں خالی سی ہو جاتی ہیں۔ جس کی وجہ سے وہاں کا ماحول اور بھی زیادہ حسین اور پرسکون ہو جاتا ہے۔“

میں اتنی ساری باتیں کہہ گیا تھا لیکن وہ بالکل خاموش تھی۔ اس نے نہ تو درمیان میں کچھ کہا اور نہ ہی کچھ پوچھا۔ اس پر مجھے حیرت ہو رہی تھی اور میں یہ سوچنے پر مجبور ہو گیا تھا کہ یا تو میری باتوں نے اس کے جذبات کو کچھ زیادہ ہی متاثر کیا ہے، یا پھر شاید وہ مجھے کوئی پریم وادہ مجھ ہیٹھی ہوگی۔ جب وہ ذرا دیر بعد بھی کچھ نہیں بولی تو ٹھیک اسی وقت میں ایک مرتبہ پھر غلطی کر بیٹھا۔ یعنی اس سے پوچھ لیا۔

”آپ چپ کیوں ہو گئیں....؟ لگتا ہے، باہر کے



مناظر نے آپ کی توجہ ہنادی ہے۔ ذرا بتائیے، کیا منظر ہے باہر کا...؟“

یہ میں نے پوچھ تو لیا مگر پھر فوراً ہی مجھے اپنی حماقت پر غصہ آیا اور مجھے لگنے لگا کہ اس مرتبہ میرا راز فاش ہو کر ہی رہے گا اور یہ لڑکی جان جائے گی کہ میں تاپڑتا ہوں۔

لیکن ایسا کچھ نہیں ہوا۔ قسمت نے ایک مرتبہ پھر میرا راز فاش ہونے سے بچا لیا۔ لڑکی کو نہ تو میرے اس سوال پر کوئی حیرت ہوئی اور نہ ہی اس نے اس کا کوئی نوٹس لیا۔ میں نے سکون کا سانس لیا۔

چند لمحوں کے سکوت کے بعد لڑکی نے اپنی خاموشی توڑتے ہوئے کہا: ”کتنی اچھی ہو، چل رہی ہے۔ آپ کھڑکی کے قریب کیوں نہیں بیٹھتے...؟“

”بات دراصل یہ ہے کہ ہوا کے ساتھ دھول مٹی بھی بہت آتی ہے۔“ میں نے اپنا عیب چھپانے رکھنے کی کوشش کرتے ہوئے کہا اور اس کے ساتھ

ہی دھیرے دھیرے سر کتا ہوا کھڑکی کے پاس آگیا اور ایک ہاتھ سے ٹول کر دیکھ لیا کہ کھڑکی کھلی ہوئی ہے یا نہیں...؟ کھڑکی کا شیشہ اوپر اٹھا ہوا تھا، میں

نے جلدی سے اپنا چہرہ کھڑکی کے فریم کی جانب کر لیا۔ اب کوئی بھی دیکھنے والا مجھے دیکھ کر یہی سمجھے گا کہ میں باہر کے نظاروں سے لطف اندوز ہو رہا ہوں۔

حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں کیونکہ میرے لیے جس طرح کپار ٹمنٹ کے اندر اندھیرا تھا ویسا ہی اندھیرا باہر بھی تھا۔

میں اپنے تصور کی آنکھ سے باہر کی ہر چیز کو پیچھے کی طرف بھاگتے دیکھ رہا تھا۔ ذرا دیر تک تو میں باہر دیکھتے رہنے کا ڈھونگ کرتا رہا پھر اپنی گردن اندر کی

جانب موڑ کر بولا۔

”آپ نے دیکھا کہ بجلی کے کھمبے اور درخت

وغیرہ کتنی تیزی سے پیچھے بھاگ رہے ہیں...؟“

”ہاں، لیکن ہم اپنی جگہ پر اسی طرح موجود ہیں۔“ لڑکی نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”ترین کے سفر میں ہمیشہ ہی ایسا ہوتا ہے... ہے نا...؟“

”ہاں۔“ میں نے کہا پھر کھڑکی کے سامنے سے چہرہ ہٹا کر لڑکی کی طرف کر لیا اور تھوڑی دیر اسی طرح بیٹھا رہا تاکہ لڑکی سمجھے، میں اس کی طرف دیکھ رہا ہوں۔

”آپ کے چہرے کے خدو خال بہت دلکش ہیں، آپ کچھ بہت ہی خوبصورت ہیں۔“ میں نے اچانک ہی کہہ دیا کیونکہ اب میں کافی نڈر ہو گیا تھا۔ مجھے دل ہی دل میں خوشی ہو رہی تھی کہ میں ابھی تک اپنی اداکاری میں کامیاب رہا ہوں اور لڑکی کو ابھی تک یہ معلوم ہی نہیں ہوا ہے کہ میں تاپڑتا ہوں۔

اس کے حسن کی تعریف میں جو الفاظ میرے منہ سے نکل گئے تھے انہوں نے لڑکی پر ایک گہرا اور خوش گوار اثر ڈالا تھا۔ بہت کم لڑکیاں ایسی ہوتی ہیں جو خوشامد کو اور اپنے حسن کی تعریف کو پسند نہیں

کرتیں... اور ان سے بھی کم ایسی لڑکیاں ہوں گی جو خود کو حسین نہ سمجھتی ہوں! ورنہ زیادہ تر تو یہ چاہتی ہیں کہ کوئی ان کی طرف دیکھے تو پھر دیکھتا ہی رہے۔

میری ہم سفر لڑکی بھی اپنی تعریف سن کر خوش ہوئی تھی تبھی دھیرے سے ہنس کر بولی۔

”آپ کی بات مجھے بری نہیں لگی۔ بڑے مزے کی بات کہی ہے آپ نے۔ ویسے جو کوئی بھی مجھ سے تھوڑی دیر باتیں کر لیتا ہے، وہ یہی کہتا ہے آپ بہت

شکریہ



انگریزی زبان کے معروف ادیب، رکن بوند Ruskin Bond کو ہندوستانی اویس اور بچوں کے مصنفین اور ایک اعلیٰ دولت نگار میں ممتاز مقام حاصل ہے۔ 81 سالہ رکن بوند گزشتہ 6 دہائیوں سے کہانیاں لکھ رہے ہیں اور اب تک ان کی 500 سے زائد کہانیاں شائع ہو چکی ہیں اور 150 ناول اور دوسری کتابیں بھی منظر عام پہ آچکی ہیں۔ آپ کے تین ناولوں کو فلم کے قالب میں ڈھالا گیا، جو ”جنون“ (1978)، ”ویلیو امبریل“ (2005)، اور ”7 خون معاف“ (2011) کے نام سے ہیں۔



آپ 19 مئی 1934ء میں بھارتی ریاست ہماچل پردیش کے شہر کسول میں ایک اینگلو انڈین گھرانے پیدا ہوئے۔ آپ کی والدہ وائیڈ تھ کلا رکن کا تعلق کراچی سے اور والد ایگزیکٹو رکن بوند بنگال سے تھے، آپ کا بچپن بے غم، گجرات اور شملہ میں گزرا، لیکن والد کی وفات کے بعد دہرہ ڈون (بنگلہ) منتقل ہو گئے۔ کالج کے دنوں میں کہانیاں لکھی اور کئی لٹریچر پرائز حاصل کئے، اعلیٰ تعلیم کے لیے لندن چلے گئے جہاں ان کا پہلا ناول The Room on the Roof شائع ہوا، جو انہوں نے 17 برس کی عمر میں لکھا تھا، اس ناول پر انہیں Llewellyn Rhys پرائز سے نوازا گیا۔ واپس پر انہوں نے چند سال دہلی اور دہرہ ڈون میں صحافت کا شعبہ اپنایا پھر میسوری میں بطور ادیب باقاعدہ کہانیاں لکھنا شروع کیں۔ رکن بوند کو اعلیٰ معیار کی مخصوص خدمات کے لیے سال 2014ء میں بھارتی حکومت کی طرف سے اعلیٰ ترین شہری ایوارڈ پدم بھوشن سے نوازا گیا، اس سے قبل انہیں 1999ء میں پدم شری اور 1992ء میں سارمہ اکیڈمی ایوارڈ بھی مل چکا ہے۔



یہ کہانی رکن بوند کی ایک مختصر انگریزی کہانی The Eyes Have It (آنکھیں یہ جوتے) کا ترجمہ ہے، جو کہانیوں کے مجموعہ A Night Train at Deoli اور Contemporary Indian English Stories میں شائع ہوئی تھی۔ یہ کہانی The Girl on the Train اور The Eyes Are Not Here کے نام سے بھی مشہور ہے۔

نے مسکراتے ہوئے کہا۔ ”اس میں غلبہ آجائے والی بات کون کی ہے....؟ جب چاند لکھتا ہے تو دنیا دیکھتی ہے۔ نوگ بالکل خفک کہتے ہیں، آپ صرف حسین نہیں ہیں.... آپ کے چہرے کے خدو خال بہت دلکش ہیں۔ اس پر سونے پر سہاگا آپ کی مترنم آواز! جب آپ بولتی ہیں تو لگتا ہے، کسی مندر میں گئی

خوبصورت ہیں اور سچ بات یہ ہے کہ اپنی تعریفیں سن کر میں تنگ آگئی ہوں۔“ اس کی بات سن کر میں سمجھ گیا کہ یہ لڑکی واقعی خوبصورت ہے ورنہ جن لوگوں نے اسے دیکھ کر خوبصورت کہا ہے وہ سب تو میری طرح اندھے تو نہیں ہوں گے۔ اس بات کا یقین کر لینے کے بعد میں



بے شمار نقری گھٹیوں کی جھلک سنائی دے رہی ہے۔۔۔“

”بس بس، رہنے دیں۔“ اس نے پھر ہنستے ہوئے کہا۔ ”مجھے تو آپ شاعر لگ رہے ہیں۔ لیکن جو کچھ بھی ہیں، آدمی آپ بہت دلچسپ ہیں۔ آپ کے ساتھ باتیں کر کے کوئی شخص بور نہیں ہو سکتا۔ میں سچ کہتی ہوں، آپ کی باتیں مجھے بہت اچھی لگتی ہیں۔“

”اور مجھے آپ کی آواز بہت اچھی لگی ہے۔“ میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”کیونکہ اس کی کوئی اور خوبی یا خالی تو میں نے دیکھی نہیں تھی۔ ایک آواز ہی تھی جسے میں نے اپنے دل کے اندر تک محسوس کیا تھا۔“

”آپ کی شادی ہو چکی ہے۔۔۔؟“ یاسمین نے سنجیدہ سے لہجے میں پوچھا اور پھر فوراً ہی کہا۔ ”سوری، میں نے ایک نئی سوال پوچھ لیا ہے۔“

”نہیں۔۔۔ نہیں سوری کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔“ اس نے پھر اپنا سوال دہرایا۔

میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”اگر میں کہوں کہ نہیں ہوئی ہے تو۔۔۔؟“

”تو میں پوچھوں گی کہ کیوں نہیں ہوئی۔۔۔؟“ وہ بھی ہنس کر بولی۔

”اصل میں ابھی تک کسی لڑکی نے مجھے پسند ہی نہیں کیا۔“ میں بولا۔ ”یا یوں کہہ لیجئے کسی نے میرے چوکھنے پر توجہ ہی نہیں دی ہے۔“

”ایسا کیسے ہو سکتا ہے۔۔۔؟“ وہ فوراً ہی بولی۔

”کیا کمی ہے آپ میں۔۔۔؟ خوبصورت ہیں، جوان ہیں، شریف اور پڑھے لکھے آدمی ہیں۔ مجھے تو آپ میں ایسی کوئی خامی نظر نہیں آتی کہ لڑکیاں آپ کی طرف متوجہ نہ ہوں۔“

”آدمی کو اپنی خامیوں اور خوبیوں کے بارے میں دوسروں سے زیادہ معلوم ہوتا ہے۔“ میں نے گھمبیر لہجے میں کہا۔ ”اور جہاں تک میرا تعلق ہے، میں یہ بات پورے وثوق سے کہہ سکتا ہوں کہ آج کے زمانے کی کوئی بھی لڑکی میرے ساتھ خوش نہیں رہ سکتی۔“

”کیوں۔۔۔؟“

”کیونکہ یہ جدید اور تیز رفتار زمانہ ہے۔“ میں نے اسی گھمبیر تا سے کہا۔ ”ہر کوئی اپنی توقعات اور خواہش کے مطابق زندگی گزارنا چاہتا ہے اور زندگی گزارنے کے لیے ہر کسی کو اپنی پسند کے ہمسفر کی تلاش رہتی ہے۔۔۔ جبکہ مجھ جیسا بے کار اور ست آدمی اچھا ہمسفر ثابت نہیں ہو سکتا۔“

”میں نہیں مانتی۔“ وہ جلدی سے بولی۔ ”میں کہتی ہوں، وہ لڑکی بد نصیب ہی ہوگی جو اپنے جیسے آدمی کو پسند نہ کرے۔“

”نہیں، نہیں اس میں آپ کسی کے نصیب کو الزام نہ دیں۔“ میں بولا۔ ”کیونکہ میں خود سمجھتا ہوں کہ میں جب اپنے شریک سفر کی خواہشات اور توقعات پر پورا ہی نہیں اتر سکتا تو پھر جانتے بوجھتے مجھے کسی کی زندگی برباد نہیں کرنی چاہیے۔ خیر، میری بات چھوڑیے۔۔۔ آپ بتائیے کیا آپ شادی شدہ ہیں۔۔۔؟“

”کیوں۔۔۔؟“ میں نے چونک کر پوچھا۔ ”میرے خیال سے تو اب تک آپ کی شادی ہو جانی چاہیے تھی۔“

”جی ہاں۔۔۔ ماں اور باپ بھی یہی چاہتے ہیں۔“ لڑکی نے افسردہ لہجے میں کہا۔ ”لیکن یہ زندگی بھر کے

زمانہ کا ہے



جواب میں مجھے کہنے کا موقع ہی نہیں ملا۔ رفتار دھیمی کرتی نرین نے ایک طویل دسل بجائی اور میرے الفاظ منہ میں ہی رو گئے۔

نرین پلیٹ فارم سے نکلنے ہی اسٹیشن پر پہل سی چکی تھی۔ اترنے اور چڑھنے والے مسافروں کے ساتھ ساتھ قلیوں اور خواہنے والوں کی ملی جلی آوازوں کا شور ستائی دینے لگا۔

”اچھا اب میں چلتی ہوں۔“ نرین کے رکتے ہی اس نے شاید اٹھتے ہوئے کہا تھا۔ ”آج کا یہ سفر مجھے ہمیشہ یاد رہے گا۔“

بولتے بولتے ہی شاید وہ دروازے کی طرف بڑھ گئی تھی۔ کیونکہ میں اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ کی آواز کو دور جاتے سن رہا تھا۔ اچانک مجھے یاد آیا کہ اسے رخصت کرنے کے لیے مجھے دروازے تک تو جانا ہی چاہیے ورنہ وہ سوچے گی کہ میں نے اسے خدا حافظ بھی نہیں کہا۔ اس خیال کے آتے ہی میں تیزی سے اٹھ کھڑا ہوا اور اندازے سے چلتا ہوا دروازے کے پاس آکر کھڑا ہو گیا۔

نیچے سب سے کسی عورت کی آواز آرہی تھی جو شاید لڑکی سے ہی کہہ رہی تھی۔ ”آ جاؤ بیٹی۔۔۔ آج تو نرین وقت پر آئی۔ میں تو سمجھی تھی کہ ہمیشہ کی طرح لیٹ ہوگی۔“

لڑکی نے جواب میں کچھ نہیں کہا۔ وہ عورت پھر بولی۔ ”ذرا سنبھل کر اترنا۔ لو میرا ہاتھ پکڑ لو۔ اور یہ بیگ مجھے دے دو۔ ایک تو تم نے اتنی اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے ہیں کہ۔۔۔“

”ارے چاچی کچھ نہیں ہوتا اس سے۔“ لڑکی درمیان میں بول پڑی۔ ”لو یہ بیگ۔“

سفر کا سوال ہے جس کے لیے ایک ایسے مسافر کا ہونا ضروری ہے جو صحیح معنوں میں دکھ سکھ کا ساتھی بن سکے۔ جو زندگی کے طویل راستوں کے اتار چڑھاؤ پر پوری طرح ثابت قدم رہ سکے اور جو مجھ جیسی شریک حیات کو کبھی اپنے اوپر بوجھ نہ سمجھے۔

”بوجھ!“ میں نے چونک کر کہا۔ ”میرے خیال سے تو وہ شخص انتہائی بد نصیب ہو گا جو آپ جیسی شریک حیات کو بوجھ سمجھے گا۔“

”اسی لیے تو میں چاہتی ہوں کہ جو شخص بھی میرا ہاتھ تھام کر میرے ساتھ چلنا چاہے۔۔۔ وہ پہلے اچھی طرح مجھے دیکھ لے۔ سمجھ لے۔ پھر کسی لالچ، کسی دباؤ اور کسی شرط کے بغیر مجھے، میری خوبیوں اور خامیوں سمیت قبول کرے تاکہ دونوں مل کر زندگی کا یہ طویل سفر سکھ و چین سے طے کر سکیں۔“

لڑکی یہ کہہ کر چپ ہو گئی۔ ذرا دیر تک وہ مزید کچھ نہیں بولی تو میں نے کہا۔ ”بڑے اچھے خیالات ہیں آپ کے۔ میری دعا ہے کہ آپ کو ایسا ہی جیون ساتھی ملے۔“

”تھینک یو۔“ لڑکی نے کہا اور پھر دوسرے ہی لمحے چونک کر بولی۔ ”اوہ۔۔۔ آپ کے ساتھ باتوں میں وقت گزرنے کا احساس ہی نہیں ہوا۔ میرا اسٹیشن آنے ہی والا ہے۔ میں تو سمجھی تھی کہ نرین کے ذہن میں اکیلے بیٹھے بیٹھے ڈھائی گھنٹے گزارنے مشکل ہو جائیں گے لیکن آپ کی خوبصورت باتوں میں میرا سفر بہت آسان کر دیا۔ مجھے آپ سے مل کر سچ سچ بہت خوشی ہوئی۔ اب میں خدا سے یہی دعا مانگا کروں گی کہ وہ لڑکی کو زندگی کے سفر میں آپ جیسا ہی مسافر عطا کرے۔“



”ٹھیک ہے، چلو۔“ عورت نے کہا۔

میں دروازے کے قریب ہی باہر کی جانب منہ کیے کھڑا تھا اور اس وقت مجھے لگ رہا تھا کہ وہ لڑکی جاتے جاتے پلٹ کر میری طرف دیکھ کر ہاتھ بلارہی ہے۔ اس کا جواب دینے کے لیے میں نے اپنا ہاتھ اٹھایا تھا کہ لڑکی کسی نے اپنا کوئی سامان میرے ہیروں کے پاس رکھ دیا۔ ٹرین آہستہ آہستہ ریٹگنے لگی اور ٹھیک اسی وقت ایک مسافر ہانپتا ہوا اندر داخل ہو گیا۔ میں سمجھ گیا کہ اس اسٹیشن سے بھی صرف ایک ہی مسافر اس کمپارٹمنٹ میں سوار ہوا ہے اور یہ کوئی مرد ہے۔

میں اپنی سیٹ پر آکر بیٹھ گیا تو اچانک میرا ہاتھ سیٹ پر رکھی ہوئی اپنی سفید فونڈنگ چھڑی سے ٹکرا گیا اور میں بری طرح سے چوتھک پڑا۔ مجھے یاد آگیا کہ جب میں شالو سے فرین میں سواہو کر اس سیٹ پر آکر بیٹھا تھا تو میں نے اپنی سفید چھڑی کو فولڈ کر کے اپنے برابر میں ہی رکھ دیا تھا اور یہ اسی وقت سے اس جگہ پڑی ہے۔ مجھے بھی اب تک اس کا خیال نہیں آیا تھا۔ جبکہ وہ لڑکی بھی اتنی دیر تک میرے سامنے بیٹھی مجھ سے باتیں کرتی رہی تھی۔ ایسی حالت میں یقیناً اس کی نظر میری سفید چھڑی پر پڑی ہوگی اور اسے یہ سمجھنے میں ذرا بھی دیر نہیں لگی ہوگی کہ میں ناپوتا ہوں۔

اب میرے ذہن میں یہ سوال اٹھ رہا تھا کہ میری حقیقت جان لینے کے باوجود وہ تو اس نے میری پیتائی کے بارے میں کچھ پوچھا اور نہ ہی مجھ سے ہمدردی کا اظہار کیا بلکہ وہ تو اس طرح مجھ سے باتیں کر رہی تھی جیسے میں ایک نارمل شخص ہوں۔ آخر کیوں....؟

کیوں اس نے میری سفید چھڑی کو دیکھنے کے بعد بھی یہ ظاہر نہیں ہونے دیا کہ اسے میرے ناپوتا ہونے کا علم ہو چکا ہے....

کیوں....؟ اس نے ایسا کیوں کیا....؟ میں اس کیوں کا جواب ڈھونڈنے کی کوشش میں کھڑکی کی طرف منہ کر کے بیٹھ گیا۔ اس وقت میں خود کو ایک لڑکا ہوا آدمی سمجھ رہا تھا۔ مجھے یوں لگ رہا تھا کہ اس لڑکی کے جاتے ہی میری دنیا الٹ گئی ہو۔ ٹرین کی رفتار تیز ہو گئی تھی۔ سارے مناظر حسب معمول بڑی تیزی سے پیچھے جا رہے ہوں گے۔ میں اس طرح باہر کی طرف منہ کیے بیٹھا تھا جیسے یہ سارے مناظر مجھے نظر آرہے ہوں۔ حالانکہ میرے لیے تو باہر بھی اتنا ہی اندھیرا تھا جتنا کمپارٹمنٹ کے اندر تھا۔ اچانک میں نے اپنے پیچھے قدموں کی آہٹ سنی تو میں نے گردن گھمائی۔ میرا نیا ہمسفر بیٹھتے ہوئے کہہ رہا تھا۔

”ارے جناب.... ہم اتنے بھی بد صورت نہیں ہیں کہ آپ نظر اٹھا کر بھی ہماری طرف نہ دیکھیں۔ مانا آپ کا پہلا ہمسفر بلا کا حسین تھا.... لیکن ایسا بھی کیا کہ دوسرے ہمسفر سے نہ دعائے سلام....“

”نہیں، ایسی بات نہیں ہے۔“ میں نے ہنس کر کہا۔ ”وہ لڑکی واقعی بہت اچھی تھی۔“ اتنا کہہ کر میں چپ ہو گیا مگر پھر فوراً ہی پوچھ بیٹھا۔ ”آپ بتا سکتے ہیں اس لڑکی کے بال کیسے تھے....؟“

”میں نے اس کے بالوں پر توجہ نہیں دی۔“ اس شخص نے تمہیر سے نہج میں کہا۔ ”میں تو صرف اس کی آنکھیں دیکھ رہا تھا۔“

ترجمہ: شمیم حسن



”آنکھیں....؟“ میں نے حیرت سے پوچھا۔  
 ”ہاں.... نیلی گہری جمیل سی آنکھیں.... جو  
 اس کے گلاب جیسے چہرے سے زیادہ خوبصورت  
 تھیں.... میں نے اتنی حسین آنکھیں پہلے کبھی نہیں  
 دیکھیں۔“ اس مسافر نے کہا۔ ”مگر وہ آنکھیں اس  
 کے لیے بالکل بے کار تھیں۔“  
 ”کیا....؟“ میں چونک کر اٹھ پڑا۔

”ہاں جناب.... وہ اندھی تھی۔“ مسافر نے  
 ایک گہرا سانس چھوڑتے ہوئے کہا۔ ”ایک عورت  
 اس کا ہاتھ پکڑ کر نیچے اتر رہی تھی۔ تب میں نے  
 دیکھا، وہ اندھی تھی۔ البتہ کسی کی مدد کے اس کا  
 کمپارٹمنٹ سے نیچے اترنا بھی محال تھا۔“

”اوہ!“ میرے ہونٹ سکڑ کر رہ گئے۔ پھر اس  
 سے پہلے کہ میں کچھ پوچھتا وہ بولا۔ ”سوری! میں بیگ  
 سے سگریٹ نکالنا بھول گیا۔ ابھی حاضر ہوتا ہوں۔“  
 کہہ کر وہ اپنی سیٹ کی جانب بڑھ گیا اور پھر ذرا دیر بعد  
 واپس آکر شاید سگریٹ کا پیکٹ میری طرف بڑھا کر  
 بولا۔ ”لیجیے سگریٹ۔“

”جی شکریہ۔ میں سگریٹ نہیں چتا۔“ میں نے  
 اس کی طرف چہرہ کر کے جواب دیا۔ اس کے بعد  
 لائٹ کی کلک کی آواز میں نے سنی۔ سگریٹ سلگانے  
 کے بعد وہ اچانک اس طرح بولا جیسے کوئی بات اسے  
 یاد آگئی ہو۔ ”اوسے ہاں، ایک بات تو میں آپ سے  
 پوچھنا ہی بھول گیا۔“

”کیا....؟“ میں نے پوچھا۔  
 ”اس لڑکی کے ساتھ آپ نے شاید دو تین گھنٹے  
 کا سفر کیا ہو گا لیکن حیرت کی بات ہے، اس عرصے  
 میں نہ تو آپ نے اس کا رنگ دروپ دیکھا، نہ بال اور

نہ ہی اس کی آنکھیں! کیا اتنی دیر آپ سوتے رہے  
 تھے....؟“ بات ختم کر کے وہ بلاوجہ ہنسنے لگا۔  
 ”نہیں، میں سو نہیں رہا تھا۔“ میں مسکرا کر  
 بولا۔ ”بلکہ ہم دونوں تو ایک دوسرے کے سامنے  
 بیٹھے باتیں کرتے رہے تھے۔“  
 ”پھر تو یہ اور بھی حیرت کی بات ہے“ اس نے  
 کہا۔ ”آمنے سامنے بیٹھے رہنے کے باوجود آپ نے کچھ  
 نہیں دیکھا....؟“

”اس میں حیرت کی کوئی بات نہیں ہے  
 جناب۔“ میں نے اسی طرح مسکراتے ہوئے کہا۔  
 ”میں تو ابھی تک آپ کو بھی نہیں دیکھ پایا ہوں۔“  
 ”کیا....؟“ اس نے چونک کر کہا۔

”جی ہاں۔“ میں نے افسردہ لہجے میں، ٹھٹھری  
 سانس بھرتے ہوئے کہا۔ ”مجھے نہیں معلوم آپ کا  
 رنگ روپ.... آپ کے بال اور آپ کی آنکھیں  
 کیسی ہیں....؟“ یہ کہہ کر میں نے اپنے قریب رکھے  
 ہوئے بیگ کے نیچے ہاتھ ڈال کر اپنی سفید فولڈنگ  
 چھتری نکال کر اس کے سامنے کر دی۔

”اوہ!“ وہ چونک کر بولا۔ ”تو آپ بھی....“  
 یہاں تک کہہ کر وہ چنپ ہو گیا۔

مجھے لگ رہا تھا کہ وہ اپنی پہلی پہلی حیرت زدہ  
 آنکھوں سے مجھے دیکھ رہا ہے۔ فرین اپنی رفتار سے  
 بھاگ رہی تھی۔ میں ایک مرتبہ پھر کھڑکی کی طرف  
 منہ کر کے بیٹھ گیا۔ باہر کے سارے ہی مناظر تیزی  
 سے پیچھے کی طرف بھاگ رہے ہوں گے.... لیکن  
 میرے لیے تو باہر بھی، ایسا ہی اندھیرا تھا جیسے  
 کمپارٹمنٹ کے اندر!





# دو گز زمین

انسان ارد گرد منڈلاتی ہے  
تمناؤں کی تتلیاں مٹتی ہیں  
بڑی جگہ دو دو کرتا ہے مگر.....

ہاں، یہ تھوڑی سی زمین ہمیں اس سے زیادہ کچھ نہیں دے سکتی۔ پھر اس کا دل خود ہی جواب دیتا، ہمیں خوشحال ہونے کے لیے اور زمین خریدنی ہوگی۔

یہی وجہ تھی کہ وہ ہر وقت اپنے کھیت کے

ارد گرد زمین کے کسی چھوٹے

سوتے ٹکڑے کو خریدنے کی

فکر میں رہتا۔ ایک دن اس کی

بوزھی ہمسائی بابا شیر و کے گھر آئی اور کہنے لگی ”میری

زمین تمہاری زمین کے ساتھ ملتی ہے۔ میں اب

بوزھی ہو گئی ہوں اور بیٹے کے پاس شہر جا رہی ہوں۔

تم میری زمین خرید لو۔“

بابا شیر و مدت سے یہ زمین خریدنے کے خواب

دیکھ رہا تھا۔ اس نے دوسرے ہی دن منڈی جا کر اپنا

ٹھوڑا، مکائے اور بھیڑ بکریاں بیچ ڈالیں اور بوزھی

ہمسائی کو قیمت ادا کر کے اس کی زمین خرید لی۔

اب بابا شیر و کا کھیت دوسرے کئی کسانوں سے

پھاڑ کے دامن میں ایک چھوٹا سا گاؤں آباد تھا جس کے کھیتوں میں پتھر زیادہ تھے اور مٹی کم، یہی وجہ تھی کہ کسانوں کو دن بھر سخت محنت کرنے کے باوجود زیادہ پیداوار حاصل نہیں ہوتی تھی اور اکثر

کسان غریب ہی تھے۔ ان ہی

میں بابا شیر و بھی شامل تھا جس

کے پاس تھوڑی زمین تھی۔ ایک

ٹھوڑا، ایک دو بکریاں اور چند بھیڑیں۔ یہ اس کی

کل کاشت۔ بابا شیر و، اس کا بیٹا اور بیوی سارا دن

کھیت میں محنت کرتے تب کہیں جا کر وہ اپنے اور اپنے

موسیٰ بیوں کے لیے ٹھوڑا بہت اناج اور چارہ پیدا کرنے

میں کامیاب ہوتے۔

بابا شیر و کبھی کبھی سوچتا، کیا ہم ہمیشہ اسی طرح

غریب رہیں گے....؟ کیا ہمارے پاس کبھی اتنا اناج

پیدا نہ ہو گا کہ ہم اسے منڈی لے جا کر بیچ دیں اور

اپنی ضرورت کے گرم کپڑے وغیرہ خرید سکیں۔

تحریر: لیوٹا لسنائی  
ترجمہ: وحید قیصر



Co



Много ли человеку земли нужно? یہ روسی کہانی عالمی شہرت یافتہ ادیب لیوناسائی نے 1886 میں لکھی تھی، اس کہانی کا دنیا کی بیشتر زبانوں میں ترجمہ ہو چکا ہے، اس کہانی کا انگریزی نام How Much Land Does a Man Need? (ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟) ہے۔ بیسویں صدی کے نصف اول میں یہ کہانی اردو میں کئی مرتبہ منتقل ہوئی۔ کسی نے اس کا نام ”دو ہیکٹار زمین“ اور کسی نے ”دو گز زمین“ رکھا۔

اس کہانی کا مرکزی خیال زمین کے لیے انسان کی ختم نہ ہونے والی ہوس ہے۔ پاکھم Pahom (ترجمہ میں نام بابا شیر و کیا گیا ہے) نای ایک جذباتی کسان کو زمین خریدنے کا ہنوں کی حد تک شوق تھا، اسے اطلاع ملتی کہ بہت دور بنگر گاؤں میں بہت اچھی



زمین برائے فروخت ہیں اور وہ بھی نہایت واجبہ داموں پر گاؤں والے اسے کہتے ہیں کہ وہ سورج غروب ہونے تک جتنی زمین طے کر لے گا وہ زمین اس کے نام کر دی جائے گی۔ یہ سن کر وہ چلنے کے بجائے دوڑنا شروع کر دیتا ہے۔ سورج ڈوبنے تک وہ بہت بڑا رقبہ طے کر لیتا ہے لیکن اس دوران وہ نڈھال ہو چکا ہے، اتنا نڈھال کہ گر پڑتا ہے اور ختم ہو جاتا ہے تب یہ سوال اٹھایا جاتا ہے کہ ”ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟“ اس سوال کا جواب بھی اسی کہانی میں موجود ہے کہ ہر انسان کو زندگی کے اختتام پر صرف دو گز زمین درکار ہوتی ہے جس میں وہ دفن کر دیا جاتا ہے۔

اس کے کھیت میں گھس آئے اور ساری فصل اجاڑ کر رکھ دی۔ دوسرے دن اسی زمیندار کے بیلوں نے بابا شیر و کے بازو کا جنگھا تو زدیایا۔ شیر و کو سخت غصہ آیا۔ اس نے زمیندار سے گلہ کیا، تو وہ لڑنے مرنے پر تیار ہو گیا۔ بابا شیر و نے گاؤں کی پہنچایت کے سامنے معاملہ پیش کیا۔ بیچوں نے اس کے حق میں فیصلہ دیا اور زمیندار کو بابا شیر و کے نقصان کا معاوضہ ادا کرنا پڑا۔ اس سے آپس کی دشمنی اور بڑھ گئی۔

اس دوران کچھ اور کسان بھی بابا شیر و کو تنگ کرنے لگ گئے تھے۔ ایک کسان نے اپنے کھیتوں تک جانے کے لیے بابا شیر و کے کھیت سے مستقل راستہ بنا

دستع ہو گیا اور پیداوار بھی خوب ہونے لگی۔ اس نے اپنے لکڑی کے چھوٹے سے گھر کے سامنے خوبصورت پھولوں والا ایک باغیچہ بھی لگانا۔ بابا شیر و نے اپنے گھر کے دروازے پر کھڑے ہو کر دور تک لہلبھاتی ہوئی فصلوں کو دیکھتا، تو اس کی خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ رہتا۔ رفتہ رفتہ اس نے گھوڑے، گائے اور بکریاں بھی خرید لیں اور مویشیوں کا ایک باڑہ بھی بنالیا۔

خوب محنت کرنے کی وجہ سے بابا شیر و جلد دوسرے کسانوں سے مالدار ہو گیا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ کئی لوگ اس سے جتنے اور لڑائی کے برائے ڈھونڈنے لگے۔ ایک دن ایک زمیندار کے مویشی

زمیندار



نسل کے کئی شاعر گھوڑے تھے جن پر بیٹھ کر اس کے دونوں نڑ کے صبح و شام دور دور تک پھیلے ہوئے کھیتوں کے کنارے کنارے ٹشت کرتے۔ انہوں نے ایک خوبصورت مکان بنایا اور جانوروں کے چرنے کے لیے ایک عمدہ چراگاہ بھی خرید لی۔

بے اندازہ زمین ہونے کے باوجود بابا شیر و کے دل میں یہ خواہش چھلکتی رہتی کہ اور زیادہ زمین خریدی جائے۔ وہ اکثر اپنی بیوی سے کہتا "میں اس دن مطمئن ہوں گا جب میری نظروں کے سامنے پھیلنے والی تمام کی تمام زمین میری ملکیت ہوگی۔ ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ جب دریائے سندھ کی منڈیوں میں اناج سے بھر ہوئی میری کشتیاں اتریں گی اور میری چراگاہوں کے جانوروں کے بڑے اچھے دام لگیں گے۔ تب میری دولت کی کوئی حد نہ ہوگی۔" وقت کے ساتھ ساتھ بابا شیر و نے ہر وہ زمین خرید لی جو کوئی فرد سخت کرنا چاہتا۔ آخر وہ وقت آگیا کہ اب اس کے ہاتھ کوئی کسان اپنی زمین فروخت کرنے کے لیے تیار نہ تھا۔

پھر ایک دن ایسا ہوا کہ بابا شیر و کے گھر ایک اور مہمان آیا۔ وہ گھوڑے پر سوار تھا۔ اس نے بتایا کہ میں باشکر قبیلے سے تعلق رکھتا ہوں اور اپنے سردار کے حکم پر یہ علاقہ دیکھنے کے لیے آیا ہوں۔

"باشکر کون ہیں...؟" بابا شیر و نے پوچھا۔

"یہ ایک بہت مالدار قبیلہ ہے۔ ان کے خاص رسم و رواج ہیں۔ ان کے پاس وسیع و عریض چراگاہیں اور کھیت ہیں۔ چونکہ وہ خود کھیتی باڑی سے دلچسپی نہیں رکھتے اس لیے وہ ہر اس شخص کو اپنی زمین دے دیتے ہیں جو اناج اگانا چاہتا ہو۔"

لیا۔ شیر و نے یہ راستہ بند کرنا چاہا تو وہ اور اس کے حمایتی لڑنے کے لیے آگئے۔ پھر ایک دن کچھ شرارتی لوگ رات کے وقت کھاڑے لے کر آئے اور انہوں نے شیر و کی زمین سے پانچ قیمتی پھلدار درخت کاٹ کر گرا دیے۔ شیر و نے یہ معاملہ بھی ہتھ پٹائی میں پیش کیا مگر یہ ثابت نہ ہو سکا کہ درخت کن لوگوں نے کاٹے ہیں چنانچہ کوئی فیصلہ نہیں ہوا۔

ان سب واقعات سے بابا شیر و کا دل اس گاؤں کے لوگوں سے بڑا اچھا ہو گیا۔ پہلے وہ اکثر سوچتا تھا کہ مزید زمین خرید کر اس گاؤں میں بہت بڑا فارم بنائے گا اور کھیتوں میں ابل چلانے کے لیے شیر سے ٹریکٹر خرید لائے گا مگر اب وہ اس گاؤں کو خیر باد کہنا چاہتا تھا۔ اس کی بیوی کا بھی یہی خیال تھا کہ کسی دوسری جگہ چل کر اچھے لوگوں میں رہنا چاہیے۔

ایک دن بابا شیر و کے گھر بہت دور سے ایک مہمان آیا۔ شیر و نے اس کی خوب خاطر مدارت کی۔ رات کو کھانا کھلایا اور گھر میں ٹھہرایا۔ اس شخص نے کہا "اگرچہ میرا گاؤں یہاں سے بہت دور ہے مگر اس کی زمین پتھر کی نہیں بلکہ بہت زرخیز ہے۔ دریا کے کنارے ہونے کی وجہ سے پانی بھی خوب ملتا ہے اور پیداوار بھی بہت ہوتی ہے۔ پھر وہاں کے لوگ بھی بہت اچھے ہیں۔ زمین زیادہ ہے اور آبادی کم، جتنی زمین چاہو خرید لو۔"

یوں بابا شیر و نے اپنی ساری زمین اور مال مویشی فروخت کیے اور نئے گاؤں میں آکر پہلے سے بھی زیادہ گھوڑے، بکریاں، بھیڑیں اور گائیں خرید لیں۔ اب اس کا ہاڑہ مویشیوں سے بھرا رہتا۔ جانوروں کی گنتی کرنا مشکل تھا۔ اس کے پاس انٹلی

مارچ 2015ء



لیونا سنسکی (9 ستمبر 1828ء - 20 نومبر 1910ء) روس کی ریاست تھلائٹ Tulait میں یسنا یا Yasnaya کے جاگیر دار کے گھر پیدا ہوئے۔ آپ کے والدین بچپن میں ہی انتقال کر گئے لہذا وہ اور ان کے بہن بھائی مختلف رشتہ داروں کے ہاں پرورش پاتے رہے۔ بچپن میں فرانسیسی اور جرمن استادوں سے تعلیم حاصل کی، سولہ سال کی عمر میں اس نے کازاں یونیورسٹی میں قانون کی تعلیم حاصل کرنے کے لیے داخلہ لیا لیکن ان کے اساتذہ انہیں نالائق طالب علم خیال کرتے تھے، ساتھی طلباء اور اساتذہ کے منفی رویے کے باعث انہوں نے اپنی تعلیم اور صوری چھوڑ کر آبائی قصبہ یسنا یا لوٹ آئے۔ کئی سال تک ناسکو اور پیٹرس برگ میں لوگوں کی سماجی زندگی کا مطالعہ اور کسانوں کی حالت بہتر بنانے کے منصوبے بناتے رہے۔ 1851ء میں فوج میں شامل ہو کر ترکوں کے خلاف جنگ میں حصہ لیا لیکن جلد ہی وہ فوجی زندگی سے اکتا گئے اور پیٹرس برگ آ گئے۔ آپ نے پہلا ناول 1856ء میں بچپن کے نام سے لکھا لیکن آپ کی شہرت اس وقت پھیلی جب اس نے جنگ کی ہولناکیوں کے بارے میں سیوا توپول کی کہانیاں لکھیں۔ پھر مغربی یورپ کی طویل سیاحت کی، بعد میں اپنی جاگیر پر واپس آئے کسانوں کے بچوں کی تعلیم و تربیت میں معروف ہو گئے۔ اس دوران اس نے اپنا زندہ جاوید امن اور جنگ War & Peace اور ایٹا کرینینا Anna Karenina لکھ کر سب سے زیادہ شہرت حاصل کی۔



1876ء کے بعد سے روسی کیسے کے جمود زدہ نظریات کے خلاف خیالات آپ کے ذہن میں چھائے رہے اور آپ نے عیسائیت کی نشا اٹھانیہ کا اپنا نظریہ وضع کیا اور انسانی محبت، سکون اور اطمینان قلب اور عدم تشدد کو اپنا مسلک قرار دیا، ساتھ ہی ایک اعتراف کے نام سے ایک کتاب لکھی جس میں اپنے نظریات کو پیش کیا اور ذاتی ملکیت کے تصور کو رد کیا، انسان سے انسان کے جبر و استحصال کی شدت سے مذمت کی۔ وہ زبان اور قلم سے جمہوریت، مساوات اور اخوت کی تلقین کرنے لگے۔ آپ کے انتہائی خیالات روس سے باہر بھی مقبول ہونے لگے لوگوں پر آپ کا اثر و سوج اتنا زیادہ تھا کہ روس کی حکومت کو آپ کی سرگرمیوں کی مخالفت کرنے کی جرات نہ ہوئی۔ آپ اپنے نظریات کے مطابق زندگی بسر کرنا چاہتے تھے لیکن خاندان کے افراد اس کے مخالف تھے، لہذا دل گرفتہ ہو کر گھر چھوڑ دیا اور اپنے حصے کی ساری جاگیر اور دولت کسانوں اور مزدوروں میں تقسیم کر دی، زندگی کے آخری لمحوں تک تن کے دو کپڑوں کے علاوہ آپ کے پاس کچھ بھی نہیں تھا۔ آخر کار 20 نومبر 1910ء کو ایک اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر کسمپرسی کی حالت میں وفات پائی۔ شاعر مشرق علامہ اقبال کہتے تھے کہ عیسائی دنیا میں پاکیزہ زندگی، روحانیت، ترک و تجرید، درویشی و ایمان کے اعتبار سے آپ جیسی مثال مشکل سے ملے گی۔

وہ تمہیں اس سے بھی بڑا کھیت مٹی کے مول دے گا۔ راستہ میں تمہیں بتا دیتا ہوں۔

"کیا وہاں بہت زمین ہے۔"

"ہاں، صرف بہت ہی نہیں بلکہ بہت سستی بھی"

دوسرے دن ہا ہا شیر و نے اپنی تمام دولت سمیٹی اور بیوی بچوں سے جلد ملنے کا وعدہ کر کے با شکر

اور تمہاری ان زمینوں سے بہتر بھی۔"

علاقے کی طرف چل پڑا۔ روانگی سے پہلے اس نے

"تب میں وہاں ضرور جاؤں گا۔"

"آج ہی ہمارے با شکر سردار سے ملنے چل پڑو۔"

نیکوئی و انصاف



میری وسیع و عریض زمینیں ہیں اور منڈیاں میرے  
غلے سے ہر وقت بھری رہتی ہیں۔ میرے مویشیوں  
کا بھی کوئی حساب نہیں۔“

”خوب! ہمیں اعلیٰ نسل کے گھوڑے اور اناج  
کی ضرورت ہے۔“ سردار نے کہا۔ ”اگر تم یہ چیزیں  
مہیا کر سکو تو ہم تمہیں یہاں سے وہاں تک یہ ساری  
واوی، یہ تمام علاقہ دینے کے لیے تیار ہیں۔“

”یہ تمام علاقہ! اوہوور تک یہ ساری زمین....!  
آپ مجھے دے دیں گے....؟“ بابا شیر و نے دونوں  
ہاتھوں سے اپنے سامنے پھیلی ہوئی زمین کی طرف  
اشارہ کرتے ہوئے حیرت سے پوچھا۔

”ہاں۔ یہ ساری زمین حد نظر تک تمہاری  
ہوگی۔“

”حد نظر تک میری ہوگی۔“ بابا شیر و کی باتیں  
کھل گئیں۔ ”مگر.... مگر.... اس کی قیمت....؟ میں  
اپنے ساتھ کافی رقم لایا ہوں سردار!“

”قیمت: غیر دلچسپ نہیں، تمہیں ایک شرط پوری  
کرنا ہوگی۔“ سردار نے کہا۔  
”یہ کیا....؟“

”وہ یہ کہ کل صبح سورج نکلنے ہی تم یہاں سے  
بائیں سمت چل چڑو اور سامنے پھیلے ہوئے پہاڑی سلسلے  
کے ساتھ چلتے ہوئے سورج ڈوبتے ہی یہ سارا نصف  
دائرہ مکمل کر کے دائیں جانب سے واپس پہنچ جاؤ۔ اگر  
تم ایسا کرنے میں کامیاب ہو گئے تو یہ تمام زمین جس کا  
تم احاطہ کرو گے، تمہیں مفت دے دی جائے گی اور  
اگر ایسا نہ کر سکتے تو تم شرط ہار جاؤ گے اور یہ دولت جو  
تم ساتھ لائے ہو، ہزاری ہو جائے گی۔“ سردار نے  
بابا شیر و کی سکوں سے بھری ہوئی تھیلی کو دیکھتے

اپنے بیوی بچوں سے کہا۔  
”اب ہم وہاں چل کر رہیں گے اور ہمارے پاس  
اس سے بھی زیادہ زمین ہوگی.... اتنی جتنی کسی کے  
پاس نہیں۔ حد نظر تک میرے ہی کھیت پھیلے ہوں  
گے۔ تم لوگ میری واپسی کا انتظار کرنا اور ساتھ چلنے  
کے لیے تیار رہنا۔“

بابا شیر و نے سفر کے لیے ایک شاندار گھوڑا  
اصطبل سے نکالا، دوسرے گھوڑے پر راستے کے  
لیے ضروری سامان اور باشکر سردار کے لیے کچھ تحفے  
تحتائف باندھ لیے اور پھر سفر پر روانہ ہو گیا۔ وہ باشکر  
مہمان کے بتائے ہوئے راستے پر تین ہفتے چلتا رہا تمام  
راستہ بہت کٹھن اور دشوار گزار تھا آخر کار ایک دن  
بابا شیر و اپنی منزل پر پہنچ گیا۔

جس وقت وہ پہاڑ سے اتر کر باشکروں کی واوی  
میں داخل ہوا اسے چہ اگاو میں دور تک پھیلے ہوئے  
باشکروں کے بانس پھونس سے بنے گنبد نما  
جھونپڑے نظر آئے۔ اس اجنبی کو دیکھتے ہی باشکر  
قبیلے کے مرد، عورتیں اور بچے اس کی طرف لپکے۔  
انہوں نے اس کا گرم جوشی سے استقبال کیا اور اپنے  
سردار کے خیمے میں لے گئے جو ایک بلند چوٹی پر  
نصب تھا۔

”میں نے آپ کے علاقے کی بڑی تعریف سنی  
تھی اور یہ بھی سنا تھا کہ یہاں زمین بہت زیادہ اور  
بہت سستی ہے۔“ بابا شیر و نے سردار کے سامنے تعظیم  
بجھلاتے ہوئے کہا۔

”بے شک“ سردار نے جواب دیا۔ ”کیا تم اناج  
پیدا کرنا جانتے ہو....؟“

”جی ہاں۔ یہاں سے دور، دریا کے کنارے



ہوئے کہا۔

”ٹھیک! ٹھیک! مجھے منظور ہے یہ شرط!“

”تو پھر کئی ہو گئی یہ بات!“ سردار نے شیر و کے

ہاتھ پر ہاتھ مارتے ہوئے کہا۔ اگلی صبح منہ اندھیرے ہی قبائلی سردار، اس کے ساتھی اور بابا شیر و مقررہ جگہ پر پہنچ گئے۔ بابا شیر و کو لکڑی کی چھوٹی چھوٹی سرخ تیلیوں کا ایک گٹھا دیا گیا اور ہدایت کی گئی کہ وہ جس راستے سے گزرے، تھوڑے تھوڑے فاصلے پر ایک ایک تیلی زمین پر گرایا جائے۔ سردار نے بابا شیر و کو اس کی ٹوپی اور سیکوں سے بھری ہوئی تھیلی زمین پر رکھ دینے کا حکم دیا اور بولا۔

”پوچھتے ہی تم نے اس ٹوپی کو ہاتھ لگا کے روانہ ہونا اور سورج کی آخری کرن بجھنے سے پہلے یہاں واپس پہنچنا ہے۔“

بابا شیر و نے جوانوں کی طرح سینہ تان کر اور دونوں ہاتھ پھیلا کر وادی کی وسعت کا اندازہ لگایا پھر سوچا، پہاڑی سلسلے کے ساتھ ساتھ چلا جائے تو چالیس پچاس میل بن جائیں گے۔ ”خیر کوئی بات نہیں۔“ اس نے دل ہی دل میں کہا ”میں یہ شرط جیت کر دکھاؤں گا۔ اور پھر یہ حد نظر تک پھیلی ہوئی زمین میری ہو جائے گی۔ تب اس پورے علاقے میں مجھ سے بڑا کوئی زمیندار نہ ہو گا۔“

وہ آنے والے دنوں کے سہانے تصور میں کھویا ہوا تھا کہ دھلے دھلائے سورج کی پہلی کرن نے مشرق سے جھانکا اور اس نے اپنی ٹوپی چھو کر اپنے سفر کا آغاز کر دیا۔ بابا شیر و پہلے تو کچھ دیر تک بہت تیزی کے ساتھ دوڑتا رہا پھر جلد ہی بائیں لگا۔ اس نے سوچا کہ یوں تیز دوڑنے سے کوئی فائدہ نہیں۔ سارا

دن پڑا ہے، ابھی سے اپنی ٹانگوں کو تھکا لینا حماقت ہے چنانچہ اس نے دوڑنے کے بجائے لمبے لمبے قدم اٹھانے، شروع کر دیے۔ ہر آدھ گھنٹے کے بعد وہ زمین میں ایک تیلی گاڑ دیتا۔

اب وہ پہاڑ سے نیچے اتر آیا اور نصف دائرے کی صورت میں پھیلے ہوئے سلسلہ کوہ کے ساتھ ساتھ چل رہا تھا۔ اسے چلتے ہوئے ایک گھنٹہ گزر چکا تھا۔ اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا، پہاڑ پر کھڑے ہوئے ہاشکر یونوں کی طرح نظر آرہے تھے۔ لیکن ابھی تک وہ پہاڑ کے بائیں سرے ہی پر تھا اور میلوں کا سفر باقی تھا۔ اس نے سوچا، یوں کام نہیں چلے گا چنانچہ پھر دوڑنے لگا۔ اسی تک دو دو میں اس کا سانس پھول گیا اور اسے ایک جگہ ٹھہر جانا پڑا۔ کچھ دیر سستانے کے بعد بابا شیر و پھر دوڑنے لگا۔ اب سورج بہت اوپر آچکا تھا اور دھوپ تیز ہو چکی تھی۔ اسے گری گئے تکی چنانچہ اس نے اپنا کوٹ اتار کر پھینک دیا۔

اب دھنکے دھنکے قدموں سے دوڑ رہا تھا۔ اس کی کوشش یہ تھی کہ لمبے لمبے قدم اٹھائے تاکہ سورج ڈوبنے سے پہلے پہاڑی پر واپس پہنچ جائے۔ کبھی کبھی اس کے قدم بے دھنکے ہتھکڑوں پر پڑتے۔ حیرت و شگفتگی سے چٹختے مگر اس کا حوصلہ پھر بھی کم نہ ہوتا۔ تب وہ ایک نظر اپنے دائیں جانب میلوں تک پھیلی ہوئی زمین کو دیکھ لیتا جس کا وہ مالک بننے والا تھا۔ یوں اس کی تکلیف کا تمام احساس ختم ہو جاتا۔

دوپہر کے وقت اس نے ایک درخت کے نیچے کپڑے میں باندھی ہوئی روٹی نکال کر کھائی اور بوتل سے پانی پیا۔ پھر یہ اندازہ لگایا کہ کتنا فاصلہ باقی ہے۔ آدھا دن گزر چکا تھا مگر راستہ صرف ایک تہائی طے

پاکستان سوسائٹی



ہوا تھا۔ یہ سوچ کر بابا شیر دسٹے اپنی رفتار تیز کر دینے کا فیصلہ کیا۔

اب دو پہر ڈھل رہی تھی اور جوں جوں پہاڑوں کے سائے بڑھ رہے تھے، شیر دے دل کی دھڑکن بھی تیز ہوتی جا رہی تھی۔ مسلسل دوڑنے کی وجہ سے وہ بالکل بے حال ہو چکا تھا۔ قدم کہیں رکھتا تو پڑتا کہیں تھا۔ اس نے تھوڑی تھوڑی دیر بعد بیٹھ کر سستانا بھی چھوڑ دیا کیونکہ ابھی اس نے بمشکل آدھا فاصلہ طے کیا تھا۔ ایک مرتبہ اسے خیال آیا، باقی راستہ دو پہاڑ کے ساتھ ساتھ چلنے کے بجائے زمین کے سچ سے گزرتے ہوئے طے کرے لیکن پھر خود کو خامت کرتے ہوئے بڑبڑایا ”نہیں اس طرح تو میں اس ساری زمین کا مالک نہیں بن سکوں گا۔ یہ ساری زمین میری ہو سکتی ہے بس ذرا ہمت سے کام لیتا ہو گا۔ مجھے اس کا کوئی ٹکڑا نہیں چھوڑنا“ چنانچہ اس نے اپنا سفر جاری رکھا۔

اب شام ہو رہی تھی اور وہ کئی گھنٹے سے دم لینے کے لیے کہیں نہیں ٹھہرا تھا۔ اس بوزھے کی ہمت واقعی ناقابلِ داد تھی کہ اس نے اچھا خاصا فاصلہ طے کر لیا تھا۔ اس دورِ ان بابا شیر د کی ٹانگوں کے پٹھے اکڑ گئے تھے اور پیچھے پڑے پھٹ رہے تھے مگر وہ برابر دوڑے جا رہا تھا۔ اب اسے یقین ہو چلا تھا کہ وہ سورج کی آخری کرن کے چھپنے سے قبل مقررہ جگہ واپس پہنچ جائے گا۔

اس نے اپنے جوتے جو بری طرح پھٹ چکے تھے، اتار پھینکے پانی کی خالی بوتل اور روٹی والا تھیلا ایک طرف پھینکا اور دوسرے تمام فالتو کپڑے بھی پھینک دیے اور آخری چند تیلیاں پکڑے مقررہ جگہ

پہنچنے کے لیے پہاڑ پر چڑھنے لگا جس پر باشکر کھڑے اس کا انتظار کر رہے تھے۔

سورج تیزی سے مغربی پہاڑوں میں ڈوب رہا تھا۔ آخری چند کرنیں چوٹیوں کو جھلکا رہی تھیں کہ باشکر سردار اور اس کے ساتھیوں نے بوڑھے شیر د کو اپنی طرف بڑھتے ہوئے دیکھ لیا۔ شیر د کو بھی غالباً یہ لوگ نظر آ گئے۔ اس کی حالت یہ تھی کہ آنکھیں قریب قریب بند ہو رہی تھیں۔ منہ پورا کھلا ہوا تھا، زبان باہر نکل ہوئی تھی، سانس دھوکئی کی طرح چل رہی تھی اور گردن کسی مردہ شے کی طرح کندھوں پر لٹک رہی تھی مگر قدم تھے کہ کسی مشین کی طرح اٹھ رہے تھے۔

”آخرین ہے اس بڑھے کی ہمت پر!“ سردار نے کہا جو نمی سورج کی آخری کرن ڈوبی بڑھے شیر د نے نڈھال اور تھکان سے چور بے جان جسم سردار کے قدموں پر گر اویا۔ اس کے لپکتے ہوئے ہاتھ نے مقررہ نشانے یعنی ٹوپی کو چھو لیا تھا۔ بڑھا زمین کی بازی جیت چکا تھا مگر اس نے جان کی بازی ہار دی۔ باشکر سردار نے جھک کر بڑھے کے مردہ جسم کو سیدھا کرنے کی کوشش کی مگر اس کی ٹانگیں اور سارا جسم اکڑ چکا تھا۔

سردار کے حکم پر وہیں بڑھے کی قبر کھودی گئی اور اسے دفن کر دیا گیا۔

”اس کی اصل ضرورت یہی دو گز زمین تھی!“

باشکر سردار نے افسوس کے لہجے میں کہا اور اپنے ساتھیوں کے ہمراہ سر جھکائے اپنے خیمے کی طرف چلا گیا۔







کچھ نہیں بلکہ بہت سارے لوگ یہ سوچ رکھتے ہیں کہ مرد ہونا طاقت اور اکرام کا سبب ہے۔ عورت کا وجود کمزوری اور شرمندگی کی علامت ہے۔

ایسا سوچنے والے صرف مرد ہی نہیں ہیں کئی عورتیں بھی اس بات پر یقین رکھتی ہیں۔  
 بیٹے کی ماں بن کر بعض عورتیں خود کو محفوظ اور معزز خیال کرتی ہیں، بیٹی کی ماں بن کر خود کو کمزور محسوس کرتی ہیں۔ مردانہ تسلط والے معاشرے میں کئی مصیبتوں، دکھوں اور ظلمتوں کے درمیان ابھرنے والی ایک کہانی... مرد کی انا اور عورت، عورت کی محرومیاں اور دکھ، پست سوچ کی وجہ سے پھیلنے والے اندھیرے، کمزوروں کا عزم، علم کی روشنی، روخانیت کی کرنیں، معرفت کے اجالے، اس کہانی کے چند اجزائے ترکیبی ہیں۔

نئی قلم کار آفرین ارجمند نے اپنے معاشرے کا مشاہدہ کرتے ہوئے کئی اہم نکات کو نوٹ کیا ہے۔ آفرین ارجمند کے قلم سے ان کے مشاہدات کس انداز سے بیان ہوئے ہیں اس کا فیصلہ قارئین خود کریں گے۔

**گیارہویں قسط:**  
 بالوں میں انگلیاں پھیرتی اس کے زخموں کو بھرنے کی کوشش کر رہی تھی۔  
 کلثوم کی سسکیوں نے ماحولی میں اداسی بھری تھی۔ اس کی آہوں میں بے تحاشا زپ تھی۔  
 سکینہ کا خمیر تو رب نے جیسے محبت کی مٹی سے گوندھا تھا۔ وہ کسی بچے کو جہنم دے کر ماں تو نہ بن پائی۔  
 سکینہ کلثوم کو سینے سے لگائے نرمی سے اس کے



تھی مگر ممتا کے جذبے سے لبریز سر تاپا بس پیار ہی  
 پیدا تھی۔ کلثوم کے دل کو بھی سکون ملنے لگا۔ وہ  
 ٹھنڈک جو وہ لب تکہاں کی گود میں تلاش کرتی رہی  
 تھی آج اس کو سکینہ کی گود میں مل رہی تھی۔ ان  
 لمحات میں کلثوم نے بھی خود کو نہ روکا۔ دل کے کونے  
 کونے سے آنسو کا ایک ایک قطرہ جمع کر کے آنکھوں  
 سے نکالتی رہی۔ خود کو اس بوجھ سے آزاد کرتی رہی۔

”اتنا کچھ ہو گیا اور ہمیں خبر بھی نہ ہوئی۔“  
 سکینہ دکھ سے بولی

”خالہ! تجھ سے ملنے کی اجازت کس کو ہے  
 بھلا اور ویسے بھی ابے نے تو میری منگنی ٹوٹنے کی  
 بجائے بھی نہیں پڑنے دی۔ تو تو شادی میں بھی نہیں  
 بلائی گئی تھی۔“ وہ سکینہ سے لپٹے لپٹے آہستہ سے بولی  
 ”ہاں پتہ ہے مگر پھر بھی....“ سکینہ کے لہجے  
 میں دکھ کے ساتھ چڑ بھی تھی۔

بات کرتے اس کی نظر پارس پر پڑی جو بالکل  
 خاموش کھڑی کلثوم کو غور سے دیکھے جا رہی تھی۔  
 اس کے چہرے پر گہری سنجیدگی طاری تھی۔  
 کلثوم کی سسکیوں میں کی آری تھی مگر ابھی بھی  
 وہ سکینہ سے لپٹی ہوئی تھی۔

سکینہ نے نوٹ کیا پارس کی نگاہ کلثوم کے گلے  
 میں پڑے تعویذ پر تھی جیسے اس نے منشی  
 میں بھیجنا ہوا تھا۔

”ساجد.... ساجد“ وقفے وقفے سے اس کی دہلی  
 سسکیوں میں ساجد کی پکار بھی شامل ہو رہی تھی۔

”کاش میں اس سے مل سکتی۔ کاش وہ میرے  
 پاس آ جائے۔“ وہ بے اختیار آنکھیں میچ کر بولی  
 ”اسے آنا ہوتا تو وہ جانتا ہی کیوں؟“ سکینہ نے

ناگواری سے کہا۔ ”بزدل کہیں تک ہو نہ۔“  
 ”نہیں خالہ وہ ایسا نہیں ہے“ وہ سر اٹھا کر بولی۔  
 ”اسے مامے نے ڈرایا ہو گا، ماما نے دوپٹہ ڈالا ہو گا وہ  
 مجبور ہو گیا ہو گا۔“ کلثوم اس کی طرف داری میں  
 ایک سانس میں بولتی چلی گئی۔ ایک لمحے کو اس کی  
 آنکھوں میں ایک چمک سی لہرائی۔

”خالہ! کہو نہ چاہے سے وہ تو شہر جاتا ہے اس  
 سے کہو وہ میرے ساجد کو ڈھونڈ لائے۔ مجھے یقین ہے  
 وہ میرا حل سے گا تو دوڑا چلا آئے گا۔“ وہ سکینہ کی  
 آنکھوں میں دیکھنے لگی۔

”یہ قونی ہے تیری۔ اب تک تو وہ تجھے بھول بھی  
 چکا ہو گا۔“ سکینہ بولی

”نہ خالہ ایسا مت بول“ وہ ہائی دینے لگی ”تجھے  
 رب کا واسطہ مجھے ایک بار اس سے ملو اے“ اس نے  
 ہاتھ جوڑ لئے۔

”ارے ارے کیا کر رہی ہے تو۔“ اس نے اس کا  
 چہرہ دیکھا اسے ہاتھوں میں لے لیا  
 ”کیا کرے گی اس سے مل کر وہ کونسا تجھے اپنا لے  
 گا۔“ سکینہ نے تنگی سے کہا

”نہیں خالہ۔ بس ایک بار میں اس سے پوچھتا  
 چاہتی ہوں مجھ میں ایسی کیا کی تھی۔ کیا بگڑا تھا میں  
 نے اس کا۔“ کہتے کہتے اس کی آواز رندھنے لگی

”میں اس کو اپنے زخم دکھاؤں گی جو اس سے وفا  
 نبھانے کی سزا میں نے کھائے ہیں۔“ اس نے  
 گردن پر پڑے تہرے نل پر ہاتھ رکھتے ہوئے کہا۔

”اچھا اچھا میں بات کروں گی۔“ اسے بے قابو  
 ہوتا دیکھ کر سکینہ نے جلدی سے ہائی بھری۔  
 ”بس تو خود کو سنبھال....“ اس کے وعدے پر

نکاحی رشتہ

84



”ہاں ہاں پڑھ لے۔ یہی تو آخری نثانی ہے میری محبت کی۔“ اس کی آنکھوں میں پھر آنسو بہنے لگے وہ ہتھیلی سے آنکھیں مسنے لگی۔

پارس نے وہ رقعہ کھول کر پڑھنا شروع کر دیا۔

ایک بار..... دو سری بار..... تیسری بار..... اس نے ہر بار ایک نظر کلثوم پر ڈالی اور پھر رقعہ پر ”کیا ہو گیا۔ ایسے کیا کر رہی ہے۔“

”ہیسا کیا ہے اس کاغذ میں۔“ سکینہ کو بھی تجسس ہوا وہ کھسک کر پارس کے قریب ہو گئی۔

پارس نے ماں کی طرف دیکھا ”ماں! وہ.....“

”تب کچھ بولی بھی“ دونوں بے چمن ہو گئیں۔

”ہم، ہم....“ پارس مٹکا کھٹکھٹانے لگی۔

”باجی آپ سے ایک بات پوچھنا چاہتی ہوں۔“ اس نے اکتے ہوئے کہا۔

”ہاں پوچھ....“

”باجی کیا سچ میں یہ تعویذ آپ نے ساجد بھائی کو بھیجی رکھا یا تھا.....؟“

پارس کے سوال پر کلثوم نے اسے گھورا۔

”ہاں!.... ایک داری نہیں دس داری۔“

”اچھا....“ اس کی آنکھوں میں الجھن تیر گئی۔

”ہاں تو اس میں ایسی کیا بات ہوئی۔“ کلثوم بولی

”اب کچھ بول بھی زبان سے، مجھے تیری خاموشی سے گھبراہٹ ہو رہی ہے۔“ سکینہ بے چینی سے بولی۔

”اچھا.... تو کیا ساجد بھائی نے آپ سے اس تعویذ کی تحریر کے بارے میں کبھی کچھ کہا۔“ اس نے پھر سوال کیا۔

”نہیں وہ کچھ نہیں کہتا تھا بس مسکراتا تھا۔“

کلثوم کی سسکیاں پھر معدوم ہونے لگیں۔

وہ کچھ پر سکون ہو گئی تھی شاید ساجد سے ملنے کی آس نے اسے خود کو سنبھالنے کا حوصلہ دے دیا تھا۔

یہ تعویذ کو مٹھی میں دبائے نہ جانے کیا سوچنے لگی۔

”باجی....“ پارس نے جس کی نظر اب بھی تعویذ پر تھی، ہمت کر کے کلثوم کو دھیرے سے پکارا جیسے کچھ کہنا چاہ رہی ہو۔

”ہاں“ کلثوم نے سر اٹھایا۔

”وہ.... باجی....“ پارس زرا اور ٹھہری

”ہاں بھئی ناں“

”وہ.... اگر آپ پر اندھا نہیں تو کیا میں یہ تعویذ دیکھ سکتی ہوں۔ اس نے ہنسنے لگی۔

کلثوم کی تعویذ پر گرفت اور مضبوط ہو گئی۔ جس کو شاید مطلب نہ تھا۔

”اگر آپ کو پسند نہیں تو کوئی بات نہیں۔ میں تو بس ایسے ہی....“ پارس کے چہرے پر مایوسی بکھر گئی

”پارس کسی کی چیزیں ایسے نہیں پڑھتے۔“ کلثوم کا مزاج بدلتے دیکھ کر سکینہ نے اسے فوکا

مگر سکینہ خود بھی سوچ میں پڑ گئی تھی وہ جانتی تھی کہ پارس بغیر مطلب ایسی بات کہہ نہیں سکتی۔

”معاف کرنا باجی میں تو بس....“ پارس شرمندہ ہو گئی۔

”ارے نہیں ایسی کوئی بات نہیں، لے دیکھ لے۔“ سکینہ کی سرزنش کا اثر کلثوم پر بھی ہوا۔ اس نے جلدی سے تعویذ ڈھری سے نکال کر کھول دیا اور آگے بڑھ کر رقعہ پارس کے ہاتھ میں تمھوایا۔

”آپ کی اجازت ہے ناں۔“ پارس نے رقعہ کھولنے سے پہلے پھر پوچھا

مارچ 2015ء



”ہاں.... کبھی کبھی مجھے چڑانے کے لئے خوب زور زور سے ہنستا بھی تھا۔“

”میں چڑتی.... تو کہتا اس کا تعویذ بنا کر رکھنے میں ڈال لے۔“ وہ سامنے دیوار کو گھورتے ہوئے بولے جا رہی تھی جیسے کہ فلم چل رہی ہو۔ وہ مسکرانے لگی سنہری یادوں میں کھونے لگی

”شاید وہ یہ سب مذاق میں کہتا تھا مگر میرے لئے اس کا یہ مذاق میری زندگی بن گیا۔“ اس کے لبوں پر ہل بھر پھیل جانے والی مسکراہٹ اگلے ہی لمحوں میں پھسکی پڑ گئی۔

”زندگی نہیں ہاتھی زندہ کی بھر کا روگ۔“ پارس بے ساختہ بولی

”اف.... یہ کیا بکواس کئے جا رہی تو....! لا دے مجھے“ سکینہ نے پارس کے مسلسل سوالوں سے تنگ آکر رقعہ اس کے ہاتھ سے چھین لیا۔

مگر جیسے جیسے پڑھتی گئی۔ اس کی نگاہیں تحریر پر جتنے نکلیں۔

کلموں سے بھی اب برداشت نہ ہو۔ ”خالہ دے دے مجھے۔“ اس نے سکینہ کے ہاتھ سے رقعہ چھین لیا۔ سکینہ کا ہاتھ کھٹکا کھٹکا رہ گیا اس نے پارس کی طرف دیکھا۔

”پہلے میری بات سن لو ہاتھی۔“ پارس نے صحت کی۔ ”آپ نے بتایا تھا کہ جس سبکی سے یہ رقعہ پڑھوایا تھا وہ پڑھی لکھی نہ تھی صرف سمجھ بوجھ سے کام چلا لیتی تھی۔ ہیں ناں؟“ اس نے سوال کیا ”ہاں تو....؟“

”مگر باجی میں پڑھی لکھی ہوں۔ میرا مطلب یہ کہ ہم دونوں یہ تحریر پڑھ سکتے ہیں اور سمجھ بھی

سکتے ہیں۔“ پارس نے سکینہ کی طرف دیکھتے ہوئے کہا ”ہمیں پتہ ہے اس میں کیا لکھا ہے۔“

”اوسے تو پوچھنا اس میں کیا لکھا ہے اس میں یہی نہ کہ وہ مجھے سے محبت کرتا ہے۔“

پارس نے مدد کے لئے ہاں کی طرف دیکھا۔ سکینہ نے کلموں کا ہاتھ تھام کر کہا ”ویکہ کلموں پہلے پارس کی بات تسلی سے سن۔“

”تو سن تو رہی ہوں یہ کچھ آگے بولے تو۔“ وہ تنگ مئی

”ہاں تو سن....“ سکینہ بولی ”وراصل اس کاغذ کے ٹکڑے پر وہ نہیں لکھا جو

نواب تک سمجھتی رہی ہے۔ تیری نواں سبکی سے غلطی ہو گئی ہے پتر۔“ سکینہ بھی لفظ جمع کرنے لگی

”یہ کیا بکواس ہے۔“ کلموں نے سکینہ کا ہاتھ جھک دیا۔ سکینہ اس کی ذہنی حالت سمجھتے ہوئے اس کی بد تمیزی ضبط کر گئی۔

”دیکھ پتر.... پہلے پوری بات آرام سے سن لے، وراصل یہ جو تعویذ ہے کسی کی کاپی کا پھٹا ہوا ٹکڑا ہے اور اس تعویذ میں جو لکھا ہے دلدار قسم اور رفیق اچھے دوست.... یعنی یہ کسی کی تحریر کا پتہ ہوا حصہ ہے۔“ سکینہ نے ایک ہی سانس میں بات پوری کی۔

”آپ کی سبکی غلط سمجھیں وہ لفظ جوڑنے میں غلطی کر گئیں۔“ پارس نے بات مکمل کی۔

کلموں تنگ سی دونوں کو گھورتے ہوئے نہیں وہ صدمے میں تھی یا تنگ کر رہی تھی۔ اس کے چہرے پر ایک رنگ آ رہا تھا ایک جا رہا تھا۔

”یہ سچ کہہ رہی ہے کلموں“ سکینہ بولی۔ ”مجھے تو لگتا ہے شاید ساجد نے شرارت میں تجھے

تو لکھی کاغذ



سکینہ نے پارس کا کندھا زور سے دبایا  
”چپ کر پارس۔“

کٹوم کی حالت غیر ہونے لگی تھی۔ وہ شدید  
صدے میں تھی۔ وہ اچانک سے خاموش ہو گئی اس کا  
چہرہ بے تاثر ہو گیا تھا۔ اس کی آنکھیں یکایک جیسے  
خشک ریگستان بن گئی ہوں، پارس کے الفاظ اس کے  
اند رکھیں بہت کاری ضرب لگا رہے تھے۔ مگر شاید وہ  
اپنی عزت نفس کو پہچان نہ سکی۔ سخت سردی میں بھی  
اس کاٹا تھا بھیگنے لگا۔

”کٹوم پتر ہوش کر“ اس کی اچانک خاموشی اور  
حالت سے گھبرا کر سکینہ نے اسے جھنجھوڑا۔

”ہم ہاں ہاں خالہ۔ میں ٹھیک ہوں“ وہ چہرے  
پر آئے پسینے کو دھو پنے سے صاف کرنے لگی۔

”کٹوم....“ سکینہ نے اسے غور سے دیکھا  
”خالہ میں ٹھیک ہوں۔“ وہ بے تاثر لہجے میں

بولی، مگر پھر اچانک دھڑکیں مار کر روسنے لگی۔ سکینہ  
نے اسے گلے سے لگایا مگر اس نے سکینہ کو پیچھے  
دھکیل دیا۔

”کاش میں تجھ سے نہ ملتی خالہ۔“ وہ چیخی۔  
”کم سے کم کچھ بھرم تو رہ جاتا میرا۔“ وہ دونوں

ہاتھوں میں منہ چھپا کر رونے لگی۔ سکینہ اس اچانک  
الزام تراشی پر چونکی

”ہائے میری بد نصیبی، تو نے میری جینے کی  
آخری آس کو بھی ختم کر دیا۔“ وہ ہتھیلیوں سے

آنکھیں رگڑتی کھڑی ہو گئی۔  
”پاگل ہو گئی ہے تو۔“ سکینہ نے اسے ڈانٹا

”ہمے شکر کر دیر سے صبح پر سچائی تیرے  
سامنے تو آگئی۔“

چڑنے کے لئے یہ ٹھیکرے میں پیٹ کر مارا ہو گا۔“  
”ویسے بھی وہ اس پڑیا میں چپنے کھا رہا تھا۔ ہیں  
ہاں۔“ سکینہ نے اس کی بتائی ہوئی دہرائی۔ کٹوم نے  
اٹھات میں سر ہلایا۔

”پر.... وہ ایسا کیوں کرے گا؟“ اس کی آواز  
میں لرزہ تھا

”اگر ایسا تھا تو ساجد تو شہر سے تین جماعتیں پاس  
تھا اس نے تو کبھی بھی.... اس کی آواز حلق میں اٹک  
گئی۔“ اس کا مطلب اس کا مطلب کہ....“ وہ جملہ  
پورنہ کر سکی لفظ جیسے آنسو بن کر ٹپکنے لگے۔

”نہ نہیں.... وہ ایسا نہیں کر سکتا“ اس نے  
بچوں کی طرح سر نہ میں ہلانا شروع کر دیا۔

”میرا دل نہیں مانتا۔“ اس نے دایاں ہاتھ دل پر  
رکھ لیا۔ ”وہ ایسا نہیں ہے۔“ اس کی گردن نہ میں اور  
زور سے بلنے لگی۔

”ہم جن سے پیار کرتے ہیں ان کی تھچیک نہیں  
کرتے باہی۔“ اسے کشمکش میں دیکھ کر پارس بولی

”نفس.... ک“ وہ اٹکی  
”یہ کیا ہوتی ہے؟“ کٹوم نے سوال کیا۔

پارس کو بے اختیار اس پر پیار بھی آیا اور ترس  
بھی۔ ”ہائی تھچیک.... میرا مطلب ہے ہم جن سے

محبت کرتے ہیں ان کی عزت کرنا ہم پر فرض ہو جاتی  
ہے، اور وہ تو آپ کے ساتھ پتہ نہیں

کیسے کیسے مذاق....“  
”بس چپ کر پارس....“ کٹوم نے پارس کی

بات کاٹی۔  
”میرا مطلب کہ ایسے حساس لہجوں پر مرغیاں

اچھالنا، اپنی غلطی پر اکڑد کھانا کوئی اچھی بات تو....“



”سچ تو یہ ہے کہ ساجد بھائی نے آپ سے کبھی  
بیار کیا ہی نہیں۔ آپ اب تک سراب کے پیچھے  
بھاگ رہے ہیں تھیں باجی۔“ پارس بہت کر کے بولی  
”میں نہیں مانتی۔ میرا دل نہیں مانتا خالہ، وہ  
جھوٹا نہیں تھا۔ اس کی آنکھیں جھوٹ نہیں بولتی  
تھیں مجھے پتہ ہے۔“ وہ جیسے اس کی وکیل بن گئی  
”یہ جھوٹ بولتی ہے اپنی پڑھائی کا رعب بھا  
رہی ہے مجھ پر۔“ کلثوم کی نگاہوں میں پارس کے لئے  
نفرت تھی۔

”گاؤں والے صحیح کہتے ہیں تم لوگوں سے دور  
رہنا ہی اچھا۔“ وہ دونوں ہاتھوں سے خود کو پھینکے لگی۔  
”کیسی لڑکی ہے رے تو....“ سکینہ نے کلثوم کو  
جھنجھوڑا۔ ”اس بے وفائے تیرا مذاق بتایا ہے۔ اور تو  
اس دھوکہ باز کی خاطر ہمیں کوس رہی ہے۔“  
”ماں چپ ہو جائیں۔“ پارس نے سکینہ کو ٹھنڈا  
کرنے کی کوشش کی۔ ”باجی ابھی ٹھیک نہیں۔ یہ  
صدے میں....“

”ہاں میں ٹھیک نہیں ہوں۔ مذاق میرا اس نے  
نہیں بنایا بلکہ ٹوہندی ہے۔“ وہ چٹنی مگر دوسرے ہی  
لمحے سسکیاں لینے لگیں۔

”ارے ظالم.... تو نے میرے چہرے کی وجہ مجھ  
سے چھین لی۔ جھوٹی سی سہمی پر آس تو تھی ایک ماں تو  
تھا کہ کسی نے مجھے چاہا تھا۔“ وہ ہڈیاں بکھنے لگی۔ ”پر تم  
لوگوں سے یہ بھی برداشت نہ ہوا۔“ پارس نے سکینہ  
کو تھلا ہوا تھا جواب غصے سے کلثوم کو کھور رہی تھی۔  
اسے اب کلثوم پر ترس نہیں غصہ آ رہا  
تھا۔ ”باجی.... نا مکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک  
ہوتا ہے۔“

”اف۔ اف.... تیری یہ عجیب عجیب باتیں....  
مجھے تو لگتا ہے کسی چڑیل کا سایہ ہے اس پر۔“ کلثوم  
نے کانوں پر ہاتھ رکھ لئے

”چپ کر پارس اسے نہیں سمجھ آئے گا“ سکینہ  
نے پارس کو پیچھے کیا اسے کلثوم کا بولنا بہت برا  
لگ رہا تھا۔

”کلثوم او کلثوم۔“ دروازے پر ہونے والا شور  
سب کی توجہ اس طرف لے گیا۔  
”یہ تو رشید ہے۔“ اس کا قصہ چند لمحوں میں ذر

میں بدل گیا  
”ہائے.... اب کیا ہو گا“ کلثوم سہم کر سکینہ کے  
پیچھے ہو گئی۔ اسے یوں خوف زدہ دیکھ کر سکینہ اپنا  
غصہ پی گئی۔

”ذر مت۔ کچھ نہیں ہو گا“ وہ دھیرے سے  
بولی۔ دروازہ ایک بار پھر زور سے بجا۔  
”دروازہ کھول خالہ۔“ کلثوم کے چھوٹے بھائی  
رشید کی آواز ابھرنی۔

”تورک سہیں! میں دیکھتی ہوں۔“ سکینہ اسے  
حوصلہ دے کر دروازے کی جانب بڑھ گئی۔  
اس نے دروازے کا ایک پتہ کھولا ”کیا ہے؟“

سامنے کلثوم کا چھوٹا بھائی رشید کھڑا تھا۔  
”باجی کو بھیج خالہ، ابے بہت غصے میں ہے۔“ وہ  
وہیں کھڑے کھڑے بد تمیزی سے بولا۔ اس کے اس  
انداز پر سکینہ کے ماتھے پر بل پڑ گئے۔

”اوتجے کچھ تمیز بھی ہے۔ نہ سلام نہ دعا باجی کو  
بھیج ابے غصے میں ہے“ سکینہ نے رشید کی  
نقل اتاری۔

”سلام۔“ رشید نے بے احتیائی سے کہا۔ ”اب

توکلین کا بہت ہے“



”بھجواسے۔ اتنا لٹو کا وقت نہیں ہے میرے پاس۔“  
 ”کٹھوم ہو کٹھوم باہر آ“ وہ سکینہ کی پرواہ کے بغیر  
 وہیں سے چٹکا۔ کٹھوم اور پارس دونوں کمرے کے  
 دروازے سے لگی یہ منکر دیکھ رہی تھیں۔

”ارے ارے۔ یہ تو اپنی بڑی بہن کا نام کیسے  
 لے رہا ہے۔ تیرے یہ تیر اور بد تمیزی“ سکینہ کو  
 طیش آنے لگا

”بڑی ہے تو کیا، میں اس کا بھائی ہوں۔ چاہوں تو  
 دو تھپڑ بھی لگاؤں۔“ مرد ہونے پر خاندانی غرور اس  
 کے لہجے میں جھلک رہا تھا۔ اس کی یہ بات سن کر پارس  
 نے محسوس کیا کہ کٹھوم کے جسم میں جھر جھری کی  
 لہر دوڑ گئی تھی۔

”اسے بے شرم آٹھ سال بڑی ہے تجھ سے،  
 اس نے پوڑے دھوئے ہیں تیرے اور تو اس پر ہاتھ  
 اٹھائے گا۔ آگے دو لفظ تو بول تھپڑ تو میں لگاتی ہوں  
 تجھے۔“ سکینہ نے غصے میں ہاتھ بلند کیا۔ پارس دوڑ کر  
 ماں کے قریب پہنچ گئی۔ اس نے جلدی  
 سے ہاتھ پکڑ لیا۔

”نہیں ماں وہ نہیں سمجھے گا۔ آپ جانے دیجئے  
 باجی کو۔“ وہ بولی

”ارے دو جوتے پڑیں گے تو عقل ٹھکانے  
 آجائے گی اس بد تمیزی کی۔ چل جا یہاں سے۔ میں خود  
 اسے لے کر آتی ہوں۔“ اس نے رشید کو جھڑکا جو  
 بد تمیزی سے سکینہ کو گھور رہا تھا۔

”اونہ خالہ تیرے آنے کی کوئی ضرورت نہیں۔  
 ماں نے کہا ہے کٹھوم کو چوٹی سے پکڑ کر لا۔“  
 ”نمبر جا بد تمیز“ اب تو سکینہ کی برداشت سے  
 باہر تھا۔ اس نے چہل ہاتھ میں اٹھالی۔

”یہ کیا ہو رہا ہے؟“ بھاری آواز پر رشید اچھل کر  
 پیچھے ہو گیا اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا۔ شفیق کو سامنے  
 دیکھ کر اس کی لٹکھی بند گئی ”کک۔ کک۔ کک نہیں چاہتا“  
 ”کچھ نہیں تو یہ سب کیا ہے...؟“ اس نے  
 سکینہ کی اٹھی ہوئی چہل کی طرف انگلی اٹھا کر کہا۔  
 رشید کی آواز حلق میں دب گئی وہ بغیر کچھ کہہ  
 سنے وہاں سے رفو چکر ہو گیا۔

شفیق کندھے سے سڑی تھملا لٹکائے دروازے  
 پر کھڑا سکینہ کو حیرانگی سے دیکھ رہا تھا جو ابھی تک  
 چہل ہاتھ میں لئے رشید کو بے نکتہ ستاری تھی۔  
 اس شور شرابے میں محلہ اکٹھا ہو چکا تھا اور اب  
 انہیں اس گھرانے کے خلاف ایک اور موضوع  
 مل گیا تھا۔

”ماں بس کر“ پارس نے زبردستی ماں کا ہاتھ پکڑ  
 کر اندر کھینچا۔  
 ”جل اندر چل“ شفیق نے اندر داخل ہوتے  
 ہوئے اسے بھی زبردستی اندر کیا۔

”سلام بابا۔“ پارس نے شفیق کو سلام کیا  
 ”جیتی رہے پتر؟“ اس نے پارس کے سر پر  
 شفقت سے ہاتھ رکھ دیا۔

”اف!.... کس قدر بے لگام زبان ہے اس  
 لڑکے کی۔“ سکینہ نے چہل زمین پر جھپٹتے ہوئے کہا  
 ”اگر آپ کو دیکھ کر نہ بھانسا تو آج تو اس کو تمیز  
 سکھا کر بھیجتی۔ اس کا پارو نیچے ہی نہیں آ رہا تھا“  
 ”ہاں ہاں ٹھیک ہے۔“

”معاملہ کیا ہے؟ یہ بتا کہیں اس نے پارس کو تو  
 کچھ نہیں کہا؟“ شفیق کا لہجہ سخت تھا  
 ”محال اس کی کہ کوئی ہماری بیٹی کی طرف آنکھ



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بُک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریخ
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بُک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو مائیل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بُک کا پرنٹ پریویو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریخ
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

← ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

← ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

**WWW.PAKSOCIETY.COM**

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](http://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](http://twitter.com/paksociety1)



سکینہ اور پارس اس وقت اسے کچھ بھی نہ کہہ پائے خاموشی سے کٹھوم کو جاتا دیکھتے رہے۔  
سکینہ دروازہ بند کر کے اندر آگئی مگر پارس کا دل بے چین تھا۔ وہ بھیجی بھیجی سی شفیق کے پاس جا کر بیٹھ گئی جو ابھی تک حیرانگی سے یہ سب دیکھ رہا تھا۔  
”کوئی بتائے گا بات کیا ہے؟“ اس نے سوالیہ نظروں سے سکینہ کی طرف دیکھا  
”تھی صبر کر جاؤ۔ سانس لینے دو مجھے۔ پارس پانی پلا مجھے۔“ وہ وہیں چار پائی پڑا حیر ہو گئی۔

”اللہ ہی عقل دے ان کو۔“ سکینہ گھونٹ گھونٹ پانی پیتی ہوئی شفیق کو سارا قصہ سنانے لگی۔  
مگر پارس کا دل گھبرانے لگا۔ اسے رو رو کے کٹھوم کی سسکیاں سنائی دے رہی تھیں۔ اس غصے میں بھی کتنی بے بسی تھی باجی کی آنکھوں میں۔ اس کا دل بچھ گیا۔ وہ گھبرا کر اندر چلی گئی۔ آج پہلی بار اس کا کوئی اپنا رشتہ دار اس کے گھر آیا اور وہ بھی ادا اس اور مایوس لوٹا۔

شبنم کے قطرے آنکھوں سے نکل کر پارس کے چال بھگوانے لگے، اور پھر بے اختیار اس کے ہاتھ دعا کے لئے اٹھ گئے۔

(مباری ہے)

آپ **سکینہ** کے قاری ہیں..... آپ کا بہت بہت شکریہ.....  
اپنے عزیزوں اور دوستوں کو اپنے اس پسندیدہ رسالے کا تحفہ دیجیے۔

سکینہ

بھی اٹھائے۔ ”سکینہ اور بھڑکی“  
”سلام چاچا۔“ کٹھوم جو رشید کو دیکھ کر کونے میں دبک گئی تھی ہمت کر کے باہر آئی۔  
”ارے کٹھوم آئی وی ہے۔“ شفیق نے شفقت سے کہا۔ ”کیسی ہے پتر۔“  
اس نے آگے بڑھ کر سر پر ہاتھ رکھا۔ کٹھوم نے کوئی جواب نہ دیا۔

”مگر یہ سب کیا ہو رہا ہے۔“ اس نے پارس کی طرف دیکھا۔

”کچھ نہیں آپ یہاں بیٹھے آرام سے“ پارس نے جلدی سے شفیق کو خاموش رہنے کا اشارہ کرتے ہوئے پکڑ کر واپس چار پائی پر بٹھا دیا۔

”نہ پتر، تو گھبرا مت۔ ہم تیرے ساتھ ہیں۔“ سکینہ اٹھ کر کٹھوم کے پاس کھڑی ہو گئی۔  
”نہیں مجھے بس اب گھر جانا ہے۔“ وہ رکھائی سے بولی۔

”پتہ نہیں میں یہاں آئی ہی کیوں۔“ وہ خود کو کوٹنے لگی۔

”میں چلتی ہوں تیرے ساتھ۔ تیری ماں سے بات کروں گی۔“ سکینہ اس کا رویہ نظر انداز کر کے بولی۔

”نہیں خالہ.... اس کی ضرورت نہیں پڑے گی اب.... ویسے بھی جو چوٹ آج مجھے لگی ہے اس کے آگے ہر زخم بے معنی ہے۔“ وہ ٹکست خورو لہجے میں بولی۔

”ارے تو پھر زور کر کیوں چھپی تھی اسی وقت چلی جاتی رشید کے ساتھ۔“ سکینہ بھی چڑ گئی۔ مگر وہ کچھ کہے نے بغیر باہر نکل گئی۔



## حقیقی جاگتی زندگی

زندگی بے شمار رنگوں سے مڑیں ہے جو کہیں خوبصورت رنگ اڑھے ہوئے ہے، تو کہیں تلخ حقائق کی اڑھنی اڑھے ہوئے ہے۔ کہیں شیریں ہے تو کہیں جھکین، کہیں ہنسی ہے تو کہیں آنسو۔ کہیں دھوپ ہے تو کہیں چھاؤں۔ کہیں سمندر کے

شفاف پانی کے جیسی ہے تو کہیں کچھڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں قوب تازہ کے رنگ ہیں۔ کہیں لادس کی رات جیسی گنتی ہے۔ کہیں خواب گنتی ہے، کہیں سراب گنتی ہے، کہیں خاردار جھاڑیاں تو کہیں شبنم کے قطرے کی مانند گنتی ہے۔ زندگی عذاب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھٹھکیں مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے.....

کسی مفکر نے کیا خوب کہل ہے کہ "میتاد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی امتلا سے زیادہ سخت ہوتی ہے، امتلا سبق دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان لے کر سبق دیتی ہے۔" انسان زندگی کے نشیب و فراز سے بڑے بڑے سبق سیکھتا ہے۔ زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہر گزرتے لمحے کے ساتھ سیکھتا ہے، کچھ لوگ ٹھوکر کھا کر سیکھتے ہیں اور حادثے ان کے سامنے ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی دکھائی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر اسے ماضی میں رونما ہونے والے واقعات بہت عجیب دکھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دلی کھول کہہ سکتا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان کو مختلف انداز میں اپنے رنگ دکھاتی ہے۔

اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے کچھ ہم صفحہ قرطاس پر منتقل کر رہے ہیں۔

### وطن سے دوری

لیے تیار ہو آؤ ماموں خالد نے بھی اپنے گھر والوں کو اپنی اس خواہش سے آگاہ کر دیا۔

ماموں کے والدین بھی یہی چاہتے تھے کہ اچھا ہے خالد باہر جا کر سیٹ ہو جائے تو زندگی سنور جائے گی۔ ان کے والد نے ایجنٹوں سے رابطہ کیا، مطلوبہ رقم کا بندوبست کیا۔ اس طرح ان کی باہر جانے کی تیاریاں مکمل ہو گئیں اور دو ماہ بعد وہ جرمنی پہنچ گئے۔ چونکہ ماموں کے دیگر رشتہ دار سوئٹزرلینڈ (جرمنی) میں رہتے تھے، اس لیے انہوں نے وہاں قیام کیا۔ جس طرح دیگر ہارکین وطن کو کسی ترقی یافتہ ملک

یہ حقیقی روداد میرے ماموں کی ہے۔ ہم لوگ کراچی میں رہتے تھے۔ اس وقت میرے ماموں جوان تھے۔ گریجویشن کرنے کے بعد ان پر بیرون ملک جانے کی دھن سوار ہو گئی۔ جیسے عموما ہر نوجوان کو جوانی میں شکایت رہا کرتی ہے کہ ملک میں کیا رکھا ہوا ہے۔ یہاں پر کچھ نہیں ہے وغیرہ۔ ایسی ہی سوچیں اور شکایتیں ہر وقت ماموں خالد کے دماغ میں سمائی رہتی تھیں۔ ان کے کچھ رشتہ دار بھی یورپ میں مقیم تھے۔ جب ان کا ایک کزن جرمنی جانے کے



میں اکثر پہلا کام فیکٹریوں میں ملتا ہے۔ اسی طرح انہیں بھی ایک فیکٹری میں کام مل گیا۔ تنخواہ، جرمن کرنسی مارک کی صورت میں ملتی تھی اور پاکستان کے مقابلے میں بدرجہا بہتر تھی۔ اتنے پیسے مل جاتے تھے کہ لپٹا گزارہ بھی بخوبی ہو جائے اور کچھ بچت کرنا بھی ممکن تھا۔

ماموں ٹھانڈا ہاتھ سے رہنے والے آدمی تھے۔ گھر میں ماں اور بہنوں نے کبھی کسی کام کو ہاتھ تک نہیں لگائے ویسا تھا ماموں خالد کو جرمنی میں مزہ نہیں آیا، جلد ہی وہ آکٹا کر جبرس چلے گئے۔ اس کے بعد انہیں کہیں آرام نہیں آیا، وہ مسلسل میر کرتے رہے۔ برسلو، روم، لزیں اور استنبول، نہ جانے کہاں کہاں گھومے، لیکن انہیں کوئی جگہ پسند نہیں آئی۔

یورپ میں کہیں ان کا دل نہ لگا تو پاکستان کی یاد انہیں ستانے لگی۔ اس طرح انہوں نے دو سال تک وہاں رہنے کے بعد وطن واپسی کی کوششیں شروع کر دیں۔ ان دنوں وہ لزیں میں تھے، واپسی کے متعلق انہوں نے خود کو ذہنی طور پر تیار کر لیا تھا۔ ان کا بس نہیں چلتا تھا کہ کسی طرح از کر پاکستان پہنچ جائیں۔ جب انہوں نے اپنے گھر والوں سے رابطہ کیا اور انہیں اپنے فیصلے سے آگاہ کیا تو انہوں نے اس کی مخالفت کی۔ ماموں نے گھر والوں کو سمجھایا کہ انہوں نے اچھی طرح سوچ سمجھ کر فیصلہ کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ میں پاکستان آ کر بہت کچھ کر سکتا ہوں۔ میں نے آئندہ زندگی کی منصوبہ بندی بھی کر لی ہے۔ واپسی کے وقت وہ یہ سوچتے رہے کہ میں نے بیرون ملک جا کر تعلیم کی۔ تعلیم یافتہ ہونے کے باوجود بیرون ملک

میں فیکٹریوں میں کام کرنا ہوں اگر کوشش کرنا تو پاکستان میں بھی اچھی ملازمت مل جاتی۔ دوسرے ملک میں کمتر درجے کا شہری ہونے سے بہتر ہے کہ آدمی اپنے وطن میں رہے، جہاں سب عزت کرتے ہیں۔ کوئی ڈر نہیں ہوتا کہ غیر ملکی ہونے کے باعث کوئی پکڑے گا۔

ماموں خالد وطن واپس آئے تو بہت خوش تھے۔ باہر رہ کر انہیں وطن کی مٹی، موسم اور ہواؤں کی قدر آگئی تھی۔۔۔ مگر قسمت کو شاید کچھ اور ہی منظور تھا۔ اپنے بعض قریبی رشتہ داروں کے ردیے نے انہیں پریشان کر دیا، سب سے پہلے تو والد نے طعنہ دیا کہ دوسروں کے بیٹے کتنی دولت کما کر گھر لاتے ہیں، یہ نااہل خالی ہاتھ واپس آیا ہے۔ کچھ رشتہ داروں نے ان کے بارے میں یہ باتیں مشہور کر دیں کہ وہاں غلط صحبت میں پڑ گیا تھا۔ ماموں خالد کے دوستوں نے بار بار ان سے یہ سوال کیا کہ کتنی دولت وہاں سے لائے ہو۔ اس کے علاوہ ہر شخص ان سے جب بھی ملتا وہ یہ سوال کرتا کہ خالد واپس کب جا رہے ہو، ہمیں مل کر جانا۔

لوگوں کی ایسی باتوں اور سوالات کے باعث انہوں نے کسی کو یہ نہیں بتایا کہ وہ ہمیشہ کے لیے واپس آ گئے ہیں۔ صرف ان کی والدہ نے صدق دل سے، انہیں ہمیشہ کے لیے واپس آنے پر خوش آمدید کہا تھا وہ چاہتی تھیں کہ بیٹا ایک بلی کے لیے بھی ان کی آنکھوں سے دور نہ ہو کیونکہ بیٹے کی جدائی کے غم میں وہ بیمار ہو گئی تھیں۔

ایسے حالات میں جب ہر شخص خود غرض بن کر



میں پہننے کے لیے صرف ایک کھدر کا کرتہ ہوتا، پہننے کو کبھی نیا جو تانہ بلا۔

تھوڑا سا بڑا ہوا تو بڑے بھائی کے ساتھ بکریاں چرانے کی ذمہ داری سونپی گئی۔ جب میں آٹھ برس کا تھا تو بھائی بکریاں فروخت کر کے شہر کے قریب ایک گاؤں میں بہنوئی کی نئی خریدی ہوئی زمین آباد کرنے چلے گئے۔ والدین نے مجھے قریبی گاؤں میں واقع پرائمری میں اسکول داخل کروادیا۔ میں دل لگا کر پڑھنے لگا۔ استاد کا دیا ہوا سبق مجھے جلد ازبر ہو جاتا۔ دوسری جماعت میں تھا کہ میری تانی کا انتقال ہو گیا۔

مجھے ہونہار طالب علم دیکھ کر میرے منچر ز میری حوصلہ افزائی کرنے لگے۔ آخر کار میں نے پانچویں جماعت کا امتحان پاس کر لیا۔ لیکن والدین کے مالی حالات اس قدر پریشان کن تھے کہ چھٹی جماعت میں داخلہ خواب بن گیا۔ اسی اثنا میں میری بڑی بہن ہمارے گھر رہنے آئیں۔ ان کے خاوند ہمارے برابر کے ایک گاؤں میں پنواری تھے۔ وہ مجھے اپنے ساتھ لے گئیں تاکہ مزید تعلیم دلا سکیں۔ مجھے ایک مڈل اسکول میں چھٹی جماعت میں داخل کروادیا گیا۔ پڑھائی کے ساتھ ساتھ ان کی بھینسوں کو چارو وغیرہ ڈالنے کا کام بھی مجھے سونپا گیا۔

چھٹی جماعت پاس کر کے میں ساتویں جماعت میں پہنچا تو بہنوئی اور بہن نے نئی آباد شدہ اپنی اراضی پر سکونت اختیار کرنے کا فیصلہ کر لیا۔ وہ مجھے بھی ساتھ لے گئے۔ میں جولائی اگست کے مہینوں میں ان کا مکان بنانے کے لیے معماروں کے ساتھ جتنی ریت

ماسوں کا دل دکھا رہا تھا، ان کے سارے خواب چھن چور ہو گئے۔ کچھ دوست کہنے لگے کہ ہمیں بھی اپنے ساتھ لے کر جاتا۔ یہ سب باتیں ماسوں کی برواشت سے باہر تھیں۔ اب انہیں اس کے سوا اور کوئی راستہ دکھائی نہ دیتا تھا کہ باہر چلے جائیں اور کبھی واپس نہ آئیں کیونکہ اگر کوئی شخص ایک مرتبہ بیرون ملک رہ کر آجائے تو لوگ اس کے باطن میں جھانکنے کی کوشش نہیں کرتے، اسے سمجھنے سے انکار کرتے ہیں۔ اس لیے ماسوں نے خاموشی سے واپس جانے کا فیصلہ کر لیا۔ والد سمیت سب لوگ بہت خوش ہوئے کہ بیٹا باہر جا رہا ہے مگر کسی کو معلوم نہیں تھا کہ وہ کتنے دنگی دل کے ساتھ جا رہے ہیں۔

آج ماسوں کو بیرون ملک گئے برسوں بیت چکے ہیں۔ وہ کینیڈا میں مقیم ہیں مگر وہ ایک مرتبہ بھی وطن واپس نہیں آئے۔ بس کبھی کبھار فون کر لیتے ہیں۔ البتہ پیسے باقاعدگی سے بھجواتے ہیں۔ اب سارے خاندان میں نن کی بہت قدر ہے۔

### محنت کا صلہ

بچپن میں لوگ مجھے لالو کہہ کر پکارتے تھے۔ میں نے ایک چھوٹے سے گاؤں کے نہایت غریب گھرانے میں آنکھ کھولی۔ ہوش سنبھالا تو گھر میں فاقہ کشی کو ذیرے جمائے پایا۔ کئی کئی روز تک بھنے ہوئے چنے کھا کر اور پانی پی کر زندگی سے رشتہ برقرار رکھا جاتا تھا۔ غریبی دیکھ کر رشتے دار منہ موڑ گئے تھے۔ کسی کو ہمارے گھر آنا پسند نہ تھا۔ گندم کی روٹی کئی کئی ماہ کھانے کو نہ ملتی۔ فاقہ کشی کی وجہ سے گھر کے تمام افراد اندھیرا کی بیماری میں مبتلا ہو گئے۔ بچپن



پر مزدوری کرتا رہا۔ اسی اثنا میں موسم گرما کی تعطیلات ختم ہونے پر اسکول دوبارہ کھل گئے مگر مجھے کسی اسکول میں داخل نہیں کروایا گیا۔ بہن اور بہنوئی نے کہا ”چونکہ گاؤں کے نزدیک کوئی اسکول نہیں، اس لیے تمہیں پڑھانا ناممکن ہے۔ ہم تمہیں گاؤں میں پرچون کی دکان ڈال دیں گے۔“

دوسرے لفظوں میں ان کا مقصد یہ تھا کہ میں ان کی بھینسوں کو چارہ ڈالوں اور گھریلو کام کرتا رہوں۔ یہ مجھے گوارہ نہ تھا کیونکہ میں تو بن کے ہاں صرف تعلیم حاصل کرنے گیا تھا۔ مجھے پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہونے کا ولی رنج تھا، اس لیے وہاں سے بھاگ نکلا اور اپنے والدین کے گھر آ گیا۔ مگر مالی وسائل نہ ہونے کی وجہ سے ساتویں جماعت میں داخلہ لیتا مجھے انتہائی دشوار دکھائی دیتا تھا۔

اللہ تعالیٰ نے میری مدد یوں فرمائی کہ شیر کے ایک محترم استاد پبلک ہائی اسکول میں پڑھاتے تھے۔ انہوں نے مجھے نہ صرف اپنے تعلیمی ادارے میں داخل کر دیا بلکہ میری فیس بھی معاف کروادی۔

اب میری عمر تقریباً پندرہ برس ہو چکی تھی۔ جب چھٹیاں ہوئیں تو میں مزدوری کرنے لگا تا کہ تعلیم کا خرچ خود برداشت کر سکوں۔ گاؤں سے تقریباً چھ میل دور نہر کا پل بن رہا تھا۔ شدید سردی کا موسم تھا۔ گاؤں کے کچھ لوگ وہاں مزدوری کرنے جایا کرتے۔ میں بھی ان کے ساتھ ہوں لیا۔ مزدوروں کے گھرانے مجھے دیکھ کر کہا کہ تم چھوٹے ہو، اس لیے تمہیں بڑے مزدوروں کے مقابلے میں کم مزدوری ملے گی۔ میں نے ان کی پیشکش قبول کر لی۔

مزدوری کی شرط یہ تھی کہ غروب آفتاب سے لے کر طلوع آفتاب تک پوری رات کام کرنا ہوتا تھا۔ یوں میں نے موسم سرما کی چھٹیوں میں دس دن مزدوری کی اور تقریباً ایک سال کی فیس جمع کر لی۔

جب میں دسویں جماعت میں پہنچا تو میٹرک کی داخلہ فیس نہ بن پائی، میں سخت پریشان ہوا۔ آخر اللہ تعالیٰ نے اس نازک موقع پر بھی رادہ بھائی۔ میں نے اپنے دوسرے بہنوئی کو خط لکھا کہ مجھے میٹرک کی داخلہ فیس دینے کے لیے پیسے درکار ہیں۔ اگر فوری بندوبست نہ ہوا، تو میں امتحان نہیں دے سکوں گا۔ خط ملتے ہی وہ داخلہ فیس لے کر ہمارے گھر آئے اور یوں میرا داخلہ ہو گیا۔

میں امتحانات کی تیاری کے سلسلے میں دن رات پڑھنے لگا اور پھر وہ دن بھی آئے جب میں نے مارچ میں میٹرک کا امتحان دیا۔ امتحانوں سے فارغ ہو کر میں محنت مزدوری کرنے لگا۔ جون میں نتیجہ آیا، تو میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ اللہ کے فضل و کرم، والدین کی دعاؤں اور استادوں کی محنت سے میں نے میٹرک کا امتحان نہ صرف اول درجے میں پاس کیا بلکہ اپنے اسکول میں بھی اولیٰ آیا۔ سب لوگوں نے مجھے شاباش دی۔

مالی استطاعت نہ ہونے کی وجہ سے میں کالج میں داخل ہونے کا تصور بھی نہیں کر سکتا تھا۔ لوگوں نے شاباش تو دی مگر کسی نے مالی اعانت نہیں کی۔ لہذا اب میری پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہو گیا۔ اس دوران میں نے ایک پرائیوٹ ادارے میں ملازمت کی درخواست دے والی۔ چند ماہ بعد میرا تقرر ہو گیا۔

میرا مقصد



دس کی دو۔“

اس آواز کی حقیقت، اس سوز کا راز اور اس راز کا مہیوم جاننے کے لیے میرا دل بے چین تھا۔ ایک روز صبح ہی صبح آواز آئی۔

”تاجی ڈبل روٹی۔“

مجھے یقین تھا کہ اس کے خوابچے میں کئی روز کی باسی ڈبل روٹی بھی ہوگی مگر ”تاجی“ کہہ کر نہ معلوم وہ خود کو دھوکا دینا چاہتا تھا یا لوگوں کو....؟ اتنے سویرے بھلا کون لیتا ہوگا....؟

میں نے سوچا.... اور پھر ایک دن میں اس کے آنے سے پہلے ہی جبکہ مرغ نے ہانگ بھی نہ دی تھی، نیچے جا کر گلی میں کھڑا ہو گیا۔ جوں ہی اس آواز نے اندھیرے کا جگر کاٹا میں گرم چادر کو جسم سے چپکا تا تیزی سے آگے بھاگا اور چند ہی لمحوں میں اس کے مقابل کھڑا تھا۔

بیلی کیلی، پھنی ہوئی، ہلکی سی دری میں سر اور گردن کو پھینے، پیروں میں ریڑ کے گھسے ہوئے جوتے پہنے ہوئے اور جھٹروں کے ڈھیر میں چھپا وہ میرے سامنے کھڑا حیرت سے میری طرف دیکھ رہا تھا۔ میں نے جب اسے اس طرح حیران دیکھا تو کہا۔

”ارے سنو تو! مجھے ڈبل روٹی چاہیے۔ رات اچانک مہمان آگئے ہیں۔ بہت دیر سے تمہارا انتظار کر رہا ہوں۔ یہ ساری ڈبل روٹیاں کتنے کی ہوں گی....؟“

”ساری....؟“ حیرت سے اس کی آنکھیں پھٹنے لگیں۔

”ہاں ہاں! ساری۔ اس میں حیران ہونے کی کیا

ابتدائی تربیت کے بعد مجھے ادارے میں ملازمت دے دی گئی۔ وہاں میں نے اپنے فرائض کی بجا آوری کے ساتھ پڑھائی کا سلسلہ دوبارہ شروع کر دیا۔

محنت اور اللہ تعالیٰ کے فضل سے میں نے بطور نجی امیدوار ایف اے کا امتحان پاس کر لیا۔ بعد ازاں گریجویشن کے امتحان کی تیاری کرنے لگا۔ مگر ادارے کی مصروفیت کی وجہ سے امتحان دینے کا موقع نہ مل سکا۔ ہناہم اللہ تعالیٰ پہ بھروسہ رکھا اور اگلے سال امتحان دیا اور اچھے نمبروں سے پاس ہو گیا۔ اس ادارے میں مجھے ایک اچھی پوسٹ بھی مل گئی۔ میں نے اپنے فرائض محنت، لگن اور دیانت داری سے سرانجام دیے اور ترقی کرتے کرتے افسر بن گیا۔

ادارے میں میرا تیسواں سال جاری تھا کہ ذیابیطس اور عارضہ قلب میں مبتلا ہو گیا۔ مسلسل بیماری کی وجہ سے نوکری ختم ہو گئی۔

پھر بھی میں نے بیکار بیٹھنا گوارا نہیں کیا۔ انہی دنوں ایک نجی ادارے میں اکاؤنٹنٹ کی اسامی نکل۔ اس کے لیے منعقدہ تحریری امتحان میں شامل ہوا اور پہلا مقام حاصل کیا۔ یوں مجھے اس ادارے میں بطور اکاؤنٹنٹ ملازمت مل گئی۔ اب میں محنت، لگن اور دیانت داری سے اپنے فرائض منصبی سرانجام دیتے ہوئے رزق حلال کما رہا ہوں۔ میں نے کبھی اپنی بیماری کو فرائض کی راہ میں رکاوٹ نہیں بننے دیا۔ یہاں تک کہ میرے بعض ساتھیوں کو میری بیماری کا علم بھی نہیں۔

**تاجی ڈبل روٹی**

”تاجی (ساری) ڈبل روٹی پانچ کی ایک،



بات ہے۔ مہمان بھی تو بہت سے ہیں نا۔“ میں نے  
محبت سے کہا۔ ”کتنے پیسے لو گے سب کے۔“  
”سو روپے ڈبل روٹی کے اور بیس روپے  
میرے۔“ اس نے جلدی سے سارا حساب  
مجھے سمجھا دیا۔

میں نے ایک سو بیس روپے اس کی ہتھیلی پر رکھ  
دیے اور خوانچہ پکڑ لیا۔ پھر کچھ سوچتے ہوئے  
میں نے کہا

”بھئی بہت بھاری ہے، ہم سے نہیں اٹھ رہا۔ تم  
بڑے بہادر بچے ہو، ذرا اسے اوپر تک لے چلو نا۔“ وہ  
فوراً تیار ہو گیا اور میرے ساتھ ساتھ چلنے لگا۔

”جب تم سامان بیچ لیتے ہو تو گھر جا کر بھلا کیا  
کرتے ہو....؟ میں بتاؤں تم سوتے ہو گے، پھر اٹھ کر  
گلی میں گھلی ڈنڈا کھیلنے ہوئے، کرکٹ، گولیاں اور  
کبڈی، ہاکی بولتی ہو گی اور....“ اس نے میری بات  
درمیان ہی سے کاٹ دی۔

”جی نہیں! میں سودا بیچ کر اسکول چاہتا ہوں۔  
میں پانچویں جماعت میں پڑھتا ہوں۔ جانے سے پہلے  
ماں کو وہ پہرے کے لیے آٹا دال لا کر دیتا ہوں۔ میری  
ماں کہتی ہے کہ جیٹا جلدی سے پڑھ لے پھر ہم غریب  
نہیں رہیں گے۔“

اب میں اسے کیسے سمجھاتا کہ یہاں تو پڑھے لکھے  
لوگ بھی غریب رہ جاتے ہیں۔ بات کو جلدی رکھنے  
کے خیال سے میں نے کہا۔

”تم جب بازار سے سودا خریدتے ہو تو دکاندار تو  
تمہیں خوب لوٹتے ہوں گے....؟ اسنے چھوٹے  
سے تو ہو تم!“

وہ تیر کی طرح میری طرف مڑا اور بولا۔

”کیوں ٹوٹ لیتے ہوں گے، میں کوئی بے وقوف  
ہوں جو ٹٹ جاؤں، میں بھی تو دکاندار ہوں۔ بس اتنا  
فرق ہے کہ میں اپنی دکان کندھے پر لیے پھرتا ہوں  
اور وہ چل کر دکان تک جاتے ہیں۔“

اس کی بات سن کر مجھے اچھا ہوا۔ کاش! اس  
نے کوئی بھولی سی بات کہہ دی ہوتی۔ وہ تو ایک دم ہلکی  
عمر کے مردوں کی طرح بولنے لگا تھا۔ میں نے پوچھا۔

”ایسی باتیں تمہیں کون سکھاتا ہے....؟“  
کہنے لگا ”سکھاتا کون، چار سال سے ڈبل روٹی بیچ  
رہا ہوں، اتنی چھوٹی سی بات بھی نہیں سیکھ سکتا۔“

میں چپ ہو گیا کیونکہ اس سے بحث بے کار  
تھی۔ اس کی فٹنگ اس کی آواز کی طرح بے ساختہ نہ  
تھی۔ اس میں تجربے کا نچوڑ تھا جو مجھے اچھا نہیں لگا۔  
ڈنڈا روٹی پہنچا کر وہ ہنس چلا گیا اور میں خوانچہ کے  
باوجود اسے چائے کی ایک پیالی بھی نہ پلا سکا۔ میرا  
خیال تھا اس سے مل کر مجھے بہت خوشی ہو گی۔ میں  
کمرے میں لا کر اس کی پیارنی پیارنی باتیں سنوں گا مگر  
تمام خوشیوں پر اس پر غمی۔ خوشی کی امید کتنی  
پرکشش ہوتی ہے مگر حاصل ہو کر وہ کتنی تلخ ہو جاتی  
ہے.... بالکل سراب کی طرح۔ میں نے ڈنڈا روٹیاں  
اٹھا کر بے وقوفی سے اخباروں پر ڈال دی اور لحاف میں  
گھسنے ہی والا تھا کہ اس کی آواز نے مجھے پھر چونکا دیا۔  
وہ شرمایا شرمایا سا جھینپی سی ہنسی بن رہا تھا۔ میں نے  
اسے اندر بلا لیا تو اس نے جھجکتے ہوئے کچھ روپے  
میرے سینے پر رکھ دیے اور بولا۔

”معافی دو جی میں واپس کرنے بھول گیا۔“ اس

پاکستان کا مستقبل



نے پھر ایک اچھی ہوئی نظر اپنے نیچے ہوئے سرمائے پر ڈالی اور پوچھا "مہمان اب تک سو رہے ہیں جی....؟ ایک بار ہمارے ہاں پہلی مرتبہ مہمان آئے تھے۔ سویرے سویرے اٹھ کر میری ساری ڈبل روٹی کھا گئے۔ میں چار پائی کے نیچے گھس کر رونے لگا۔ خوب رویہ میری ماں بولی ارے! مہمان تو اللہ کی رحمت ہوتے ہیں....! یہ رونا دھونا کیسا۔ چل نکل باہر۔ اللہ کا شکر ہوا کر۔ تیرے گھر رحمت کی سواری اتری ہے۔"

کہہ کر وہ زور زور سے یوں ہنسنے لگا۔ گویا اسے دنیا کا کوئی غم لاحق نہ ہو۔ جیسے وہ روزگار کا مارا معمولی خواجہ فروش نہ ہو بلکہ باغ میں چھپھانے والی کوئی بلبل ہو، تازو نعم میں پلا ہوا کوئی شہزادہ ہو۔ میرے دل میں اس کے لیے پھر ڈھیر سارے یاد مند آیا۔ میں اسے کتنا غلط سمجھا تھا، وہ تو بالکل بچہ عی تھا، یو قوف سا! میں نے اسے کھینچ کر بستر پر بٹھالیا اور ہوا سے چائے متوائی تو بڑی بد تمیزی سے بالکل بچوں کی طرح چائے پینے لگا۔ مجھے اس میں اور اپنے بھائی میں صرف اتنا فرق نظر آیا کہ میرا بھائی اگر اس بد تمیزی سے چائے پیتا تو ای اسے ہار بار نوکتیں، بد تمیز اور بار بار جھنجھلاتیں لیکن دس پر یہ باتیں لاوی نہیں جاد ہی تھیں۔

چائے پی کر اس نے اپنی کھائی سے منہ پوچھا، زبان سے پنڈھرے کی آواز نکلی اور کھڑا ہو گیا۔ ایک تخت اس نے پلٹ کر اپنی نیچی ہوئی کائنات کی طرف دیکھا پھر کچھ دیر خاموش رہنے کے بعد بولا۔

"ڈبل روٹی واپس کر دیں۔ یہ لیں اپنے پیسے۔ میں ابھی اتنے پیسے دوبارہ بتاؤں گا جی۔" اس نے ہوا کی سے میری طرف دیکھا۔

"مجھے خاموش دیکھ کر پھر بولا "صاحب جی اٹھا لوں نا ہتھال....؟"

اس کی آواز نے مجھے چونکا دیا اور میں جبر جبری لے کر اٹھ کھڑا ہوا۔ میرے خیالات منتشر ہو گئے۔ نامعلوم کیوں مجھے احساس ہوا کہ میرے دل میں ایک چور سا چھپا بیٹھا تھا جسے اس گتوار لڑکے نے پکڑ لیا ہے۔

یہ ٹھیک کہتا ہے، یہ سوکھی باسی روٹی میں اپنے منہ تک لے جانے کی ہمت بھی نہیں رکھتا، کجا کھاتا۔ اور یہ پیالی! بھی میں تو کم از کم لالے بغیر اسے استعمال نہیں کروں گا۔

میں خود کو بڑا ترقی پسند سمجھتا ہوں مساوات کا قائل بنا پھرتا اور غریبوں سے مدد دیاں جاتا پھرتا ہوں۔ لیکن حقیقت میں خود پرستی میں مبتلا ہوں اور صرف اپنی ستائش کرنا چاہتا ہوں۔ میں نے اپنے خیالوں کے عریاں جسم پر پردہ ردیوں کے جو وہ خول چڑھا رکھے ہیں ان کے اندر میری شخصیت ہر وقت ننگا رہتی ہے اور آج اس عریانی کو اس حقیر سے لڑکے نے بے غلبہ کر دیا تھا۔

میں اپنے خیالوں میں کھویا ہوا تھا کہ دروازے کی آہٹ سے خیالات کا سلسلہ ٹوٹ گیا وہ لڑکا میرے پیسے رکھتے ہوئے اپنی ڈبل روٹیاں لے کر باہر کی جانب جا چکا تھا۔





بہت دیر سے میں نے ایک درخت میں پناہ لے رکھی ہے۔ میں اب تھک چکا ہوں اور میری یہ خواہش ہے کہ نیچے اتروں لیکن کبوت بھڑیا مجھے اترنے نہیں دیتا وہ نیچے ہزار مجھے مسلسل خوفناک نظروں سے دیکھ رہا ہے اور اس انتظار میں ہے کہ میں کب اتروں گا اور وہ مجھے پیر پھاڑ کر کھا جائے گا۔

# بھڑیا

جس درخت پر اب میرا مسکن ہے۔ یہ ایک عجیب سا درخت ہے بلکہ اگر میں اسے جادو کا درخت کہوں تو بے جا نہ ہوگا۔ میں یہاں جو بھی خواہش کرتا ہوں وہ فوراً پوری ہو جاتی ہے اگر نرم اور گرم بستر کے بارے میں سوچوں تو وہ میرے قریب بچھ جاتا ہے۔ آگتا جاؤں تو میرے سامنے ایک شاندار لی وی سینٹ آ جاتا ہے۔ جس کے اسٹیریو اسپیکرز ہوتے ہیں اور جو دنیا کا

ہر اسٹیشن پکڑ سکتا ہے۔ اگر کسی بھی کھانے کے لیے میرا منی چاہے تو وہ فوراً حاضر ہوتا ہے۔ یہاں سب کچھ ہے ہر طرح کی آسائشیں ہیں لیکن یہاں جس چیز کی کمی ہے اور جس چیز کے لیے میں تڑپ

رہا ہوں وہ ہے آزادی، لیکن یہ آزادی مجھ سے قربانی کا تقاضہ کرتی ہے اور قربانی یہ کہ مجھے نیچے اترنا پڑے گا اور بھیڑیے کو ہلاک کرنا ہوگا لیکن مجھ میں اتنی جرأت نہیں، میں بھیڑیے سے خوف زدہ ہوں اور وہ مجھ سے زیادہ طاقتور ہے۔

کبھی کبھی جب میں اس وقت کو یاد کرتا ہوں



فاروق سرور

## شہزادوں سے انتخاب

میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں۔ میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کڑا غرار ہے۔



جب بھیڑیا میرا پیچھا کر رہا تھا تو میرا پسینہ چھوٹ جاتا ہے۔ ایک سنسنی سی جسم میں پھیل جاتی ہے دل دوسرے لگتا ہے تب میں خدا کا شکر ادا کرتا ہوں کہ اگر یہ درخت میرے سامنے نہ آتا اور مجھے پناہ نہ دیتا تو بھیڑیا کب کا مجھے ہلاک کر چکا ہوتا۔

ماپو سی کے اس گھپ اندھیرے میں کبھی کبھار اس بات پر بھی خوش ہو جاتا ہوں کہ درخت کافی اونچا ہے میں یہاں ہر طرح سے محفوظ ہوں اور بھیڑیا میرا کچھ نہیں بگاڑ سکتا۔

دن کے وقت تو میری حالت ٹھیک رہتی ہے کوئی نہ کوئی مصروفیت نکل آتی ہے لیکن جو ٹہنی رات ہوتی ہے ایک عجیب سی اذیت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ سو جاتا ہوں تو خوفناک خواب مجھے ڈراتے ہیں۔ ایک قیامت کی مجھ پر نزلتی ہے، تمام جسم تھکا ہوتا ہے اور ایک ایک انگ یوں دکھ رہا ہوتا ہے جیسے کسی نے چابک سے مجھے سخت مارا ہو۔

اکثر میں یہ سوچتا ہوں کہ میں کب تک اس عذاب میں مبتلا رہوں گا۔ کب تک انتظار کروں گا کہ بھیڑیا جھوک کر مر جائے لیکن وہ تباہی مرنے کے پہلے سے زیادہ طاقتور ہو جاتا ہے۔

ایک صبح جب میری آنکھ کھلتی ہے تو اچانک درخت کے گھنے پتوں سے مجھے کسی اور نی موجودگی کا احساس ہوتا ہے۔ خوف سے ایک تیز سی قہقہ میرے منہ سے نکلتی ہے اور مجھے یقین ہو جاتا ہے کہ بھیڑیا بالآخر اپنی کوشش میں کامیاب ہو ہی گیا پھر میری حیرت کی انتہا نہیں رہتی۔ جب مجھے پتہ چلتا ہے کہ وہ میرے ہی جیسا ایک شخص ہے پریشان اور غمگین ہوا۔ اس اجنبی نے درخت پر ایک اور بھیڑیے کے

خوف سے پناہ لے رکھی ہے۔ اس کا بھیڑیا بھی نیچے کھڑا غرار رہا ہے۔ درخت پر پہنچے گاڑ رہا ہے لیکن تمام کوششوں کے باوجود اونچے درخت پر چڑھ نہیں پاتا۔

ہم دونوں لوگ ہیں جو اپنے اپنے بھیڑیوں سے خوفزدہ ہیں باوجود یہ کہ درخت میں ہمارے لیے ہر طرح کی آسائشیں موجود ہیں لیکن ہم ان آسائشوں سے خوش نہیں جبر اور آگاہی کا احساس دن بدن ہمیں کھائے جا رہا ہے، اب تو ہمیں رات کو نیند بھی نہیں آتی جو ٹہنی آنکھ لگتی ہے بھیڑیے کا خوفناک چہرہ ہمیں دوبارہ جگا دیتا ہے۔ کمبخت اب ہمارے خوابوں میں بھی گھس گیا ہے وہ ہمیں یہاں سکون سے رہنے نہیں دیتا۔

ہم دونوں کے بھیڑیے اکثر اپنی جگہ خاموش بیٹھے رہتے ہیں لیکن کبھی کبھی ان دونوں پر ایسا جنون سوار ہو جاتا ہے کہ وہ درخت پر حملہ کر دیتے ہیں اس کے مونسے تیز پڑاوت اور پہنچے گاڑ دیتے ہیں اور اس وقت خوفناک سی غراہٹ ہوتی ہے۔

دونوں کی بھیڑیوں کا یہ اچانک کا باؤ اپنی ہمس مزید ذرا دیتا ہے۔ لیکن ایک بات یہ ہے ہم دونوں کے بھیڑیوں کا تعلق اپنے اپنے آدمی سے ہے۔ میرے ساتھی کا بھیڑیا مجھ سے کوئی تعلق نہیں رکھتا اور میرا بھیڑیا اس سے، خاص بات یہ ہے کہ دونوں بھیڑیے بھی ایک دوسرے سے لا تعلق رہتے ہیں اور ہم اس بات سے حیران ہوتے ہیں۔

ایک دن کافی سوچ بچار کے بعد ہم دونوں یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ ہم دونوں نیچے اتریں گے اور اپنے اپنے بھیڑیے سے مقابلہ کریں گے، جو بھی ہونا دینا جائے گا ورنہ یہ نذاب کی زندگی کب تک ہم زندہ کریں







فاروق سرور کا تعلق بلوچستان یونیورسٹی کوئٹہ سے ہے۔ آپ پیشہ سے وکیل ہیں اور کئی کتابوں کے مصنف اور اخبارات میں کالم نگار بھی ہیں۔ آپ کا شمار پشتو زبان کے معروف فکشن لکھاریوں میں ہوتا ہے۔ اب تک

آپ کے تین مجموعے پشتو زبان میں چھپ چکے ہیں، جن میں ایک مجموعہ پشتو افسانوں کے اردو تراجم کی شکل میں "مندی کی پیاس" کے عنوان سے شائع ہوا ہے۔ اسی مجموعہ میں شامل افسانہ "بھیریا" فاروق کے لیے پیش خدمت ہے۔

فاروق سرور کے افسانوں علامتی رنگ غالب ہوتا ہے۔ عہد کی نارسائی، ماحول کا جبر اور اندر کا خوف ان کے افسانوں میں کئی علامتوں کو ساخت کرتا ہے۔ اپنے مخصوص علامتی ٹرینٹ کی وجہ سے فاروق ہر دور کا ناول اور افسانہ وہ تخلیقی رچاؤ بھی حاصل کرنے میں کامیاب بن رہے ہیں جو اس نوع کے فکشن میں عموماً دست یاب نہیں۔ فاروق سرور نے اپنے اس افسانے میں مکمل فنی چابک دستی سے خوف کے اثرات کو سمیٹا ہے۔

میں تب ہم دونوں آنکھیں بند کر کے نیچے کودنے کا ارادہ کرتے ہیں میرا ساتھی تو کود جاتا ہے مگر میں اپنی بزدلی کے باعث ایسا نہیں کر پاتا اور اپنی جگہ بیٹھا رہ جاتا ہوں۔

اس کا بھیریا جو فی اسے نیچے دیکھتا ہے تو فوراً اس کی طرف لپکتا ہے اور اس پر حملہ آور ہوتا ہے۔ میرا بھیریا بھی خبردار ہو جاتا ہے اور اس کے کان کھڑے ہو جاتے ہیں لیکن جب میں نیچے نہیں اترتا تو وہ ٹھٹھ سے آگ بگول ہو جاتا ہے اور پتھروں کی طرح درخت سے موندنے تنے کے ساتھ لڑتا ٹھٹھ ہنسنے دیتا ہے اس سے بیشتر کہ میرے ساتھ ساتھ کا بھیریا اسے زمین پر گرائے وہ اس چھوٹی سی شاخ سے بھیریا کو مارتا ہے جو اس نے

نے ہر وقت درخت کی شاخوں کو مضبوطی سے پکڑا ہوتا ہے اور مارے خوف کے میرا جسم پسینے میں ڈوبا ہوتا ہے دن ہو یا رات میں مسلسل بھیریا کو بددعا بھی دیتا ہوں لیکن وہ کبھی نہیں کہہ باز نہیں آتا۔

میرا ساتھی مسلسل مجھے آوازیں دیتا ہے۔ وہ قسمیں کھاتا ہے۔

"اگر تم نیچے اترو تو بھیریا تمہارا ہاتھ نہیں بگاڑے گا وہ بہت سزاور ہے تم اسے آسانی سے مار سکتے ہو۔"

درخت سے توڑی ہوتی ہے۔ اس کا بھیریا اسی وقت زمین پر گرتا ہے اور چند ہی لمحوں میں مر جاتا ہے۔

میرا ساتھی اب آزاد ہے۔ اس نے اپنی بہادری سے آزادی حاصل کر لی۔ لیکن میں اب تک اس پر اپنے غدا میں جھکا ہوں اور خود کو کوس رہا ہوں۔

میرا بھیریا اب پہلے سے زیادہ خوفناک ہو جاتا ہے۔ وہ جیٹ بن چکا ہے اور ہر وقت درخت سے ٹکراتا رہتا ہے شاید اس کا یہ خیال ہے کہ اس طرح میں درخت سے نیچے گر پڑوں گا یا درخت ٹوٹ جائے گا۔ مگر میں



لیکن مجھے اس کی بات پر یقین نہیں اور اوپر کھڑا خوف سے کانپ رہا ہوتا ہوں۔ اب چند ایسے واقعات شروع ہو جاتے ہیں کہ مجھے یہ یقین ہو جاتا ہے کہ میں بالآخر مر جاؤں گا۔

اچانک درخت میں حرکت پیدا ہوتی ہے۔ میں فوراً نیچے دیکھتا ہوں کہ بھیڑیے نے اسے بلایا تو نہیں لیکن بھیڑیا اپنی جگہ لیٹا ہوتا ہے۔ یہ کیا.....؟

میں چیخ اٹھتا ہوں درخت لمحہ بہ لمحہ چھوٹا ہو رہا ہے میں مارے گھبراہٹ کے درخت کی موٹی شاخوں پر زور زور سے اچھلتا ہوں کہ ہو سکتا ہے اس طرح سے درخت رک جائے لیکن درخت نہیں رکتا اور تھوٹا ہوتا جاتا ہے۔

اب ایک دوسری چیز مجھے مزید خوف زدہ کرتی ہے۔ بھیڑیا بھی بڑا ہورہا ہے اور تھوڑی دیر میں ایک نکل جتنا بڑا ہو جاتا ہے۔

میں چیخا ہوں چلاتا ہوں۔ درخت کے اندر ادھر ادھر بھاگتا ہوں لیکن بے سود اب میں خود کو ذہنی طور پر موت کے لیے تیار کر لیتا ہوں اور ارد گرد کی تمام چیزوں کو الوداعی نظروں سے دیکھتا ہوں۔ بھیڑیا اور میں۔ لمحہ بہ لمحہ ایک دوسرے کے قریب آ رہے ہیں۔

میرا ذہن اب بالکل ماؤف ہے۔ میری آنکھیں بند ہیں اور میں پھانسی چڑھنے والے اس مجرم کی طرح موت کو خوش آمدید کہہ رہا ہوں جس کی گردن میں رسی کا پھند اڑا جا چکا ہے اور جو اب اس انتظار میں ہے کہ طلاؤ کب لیور کھینچے گا۔ میں اس وقت اگر کوئی آوازیں سن رہا ہوں تو وہ صرف میرے ساتھی کی

ٹپ۔ جو نیچے سے دے رہا ہے کہ خدا را نیچے اتر۔ تم بھیڑیے سے زیادہ طاقتور ہو۔ بھیڑیا یونہی ایک خوف ہے۔ روٹی کا ایک پہاڑ ہے جسے تم ایک ہی ٹھوکر سے اپنے راستے سے ہٹا سکتے ہو۔

بالآخر میں ہمت کرتا ہوں اور درخت سے نیچے کودتا ہوں۔ میرا بھیڑیا یونہی اپنے سامنے پاتا ہے۔ مجھ پر حملہ کر دیتا ہے لیکن بیشتر اس کے کہ وہ مجھے ہلاک کر دے میں اسے ایک اس پتلی اور نازک سی شاخ سے مارتا ہوں جو میں نے درخت سے توڑی ہوتی ہے ہاتھی جیسا بڑا بھیڑیا دھڑام سے نیچے گرتا ہے اور دیکھتے ہی دیکھتے مر جاتا ہے۔ اب میں آزاد ہوں۔

کتنی حسین ہے آزادی کتنا خوبصورت ہے اس کا احساس۔ میں خوشی سے چیخ اٹھتا ہوں رقص کرتا ہوں۔ دیوانوں کی طرح اچھلتا ہوں۔

کچھ دیر کے بعد جب میرا جوش کچھ کم ہو جاتا ہے تو اپنے ساتھی کی طرف دیکھتا ہوں تاکہ اس کا شکریہ ادا کر دوں لیکن میرا ساتھی اپنی جگہ موجود نہیں ہوتا۔ میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں۔ میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کھڑا غرا رہا ہے۔

اب میں زور زور سے ہنستا ہوں۔ تعجب لگاتا ہوں اور ان سادہ اور معصوم لوگوں کی طرف بڑھتا ہوں جو ناحق اپنے بھیڑیوں سے خوف زدہ ہیں۔



(بھیڑیا۔ از: فاروق سرور، کتب: "ندی کی پیاس" تحریک ترجمہ پبلی)

پاکستان سوسائٹی





محمد زید بیگ

ایک مفکر کا کہنا ہے کہ کامیاب اور ناکامیاب اشخاص کا بڑا فرق ان کے کام کی مقدار میں نہیں ہوتا بلکہ اس کام پر صرف شدہ فہم و فراست میں ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ جو کامیاب نہیں ہو پاتے اسی محنت سے کام کرتے ہیں جو اعلیٰ کامیابی حاصل کرنے کے لیے بھی کافی کمی جاسکے۔ لیکن ان کا طریقہ کار درست نہیں

## منصوبہ بندی سے زندگی کو کامیاب بنائیں!

دو جگہ۔ کئی عرصہ پہلے ایسے ہیں جنہوں نے بچپن میں اپنے وقت کو ضائع کر لیا ہے۔ بعد ازاں ان کے نئے وقت کی ہر ایک منزل کو بہت دیر ہو شادی سے طے کرنا ضروری ہے۔

ہو تاہو ایک ہاتھ سے بناتے اور دوسرے ہاتھ سے بگاڑ دیتے ہیں۔ وہ موقعوں کو قابو میں لا کر ان سے فائدہ نہیں اٹھاتے۔ انہیں شکستوں کو شاندار فتح میں تبدیل کرنے کا ہنر نہیں آتا۔ ان کے پاس کامیابی کا تانا بانا یعنی کافی قابلیت اور وقت کی کثرت دونوں موجود ہوتے ہیں لیکن وہ ہمیشہ خالی پیچھے رہتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی زندگی کا پہلا کبھی تیار نہیں ہوتا۔

زندگی خدا کی بہت بڑی نعمت ہے۔ اسے ذہن سے گزارنا ہمارا حق ہی نہیں قدرت کی جانب سے فرس بھی ہے۔

اچھی منصوبہ بندی کے ذریعے ہم اپنی زندگی کو کامیابی کے راستوں پر ڈال سکتے ہیں۔

اس سلسلے میں کچھ باتوں کو ذہن نشین کر لیں۔

وقت کی قدر کریں

وقت زندگی کا تانا بانا ہے۔ اگر بچپن کی بھانگ

اور میں اسے توڑ ڈالا جائے تو پھر عمر بھر جو زنا مشکل





یہ ہے کہ ہم تہیہ کر لیں کہ آئندہ ہم دوسروں کو خوش کرنے کے لیے بلاوجہ ہر بات نہیں مان لیں گے۔ اس لیے حسب ضرورت "ناں" کہنا بھی سیکھیں۔

### کام ادھورا مت چھوڑیں

غیر حل شدہ مسائل ذہن پر طاری رہ کر ہمیں پریشان کرتے رہتے ہیں۔ ان کی وجہ سے ہماری کارکردگی بھی متاثر ہوتی ہے۔ کسی کام کو ادھورا مت چھوڑیں۔ اگر کسی معاملے میں آپ گولگو میں مبتلا ہیں تو اس کا واضح حل نکالیں۔ مسائل کو خواہ مخواہ لٹکانے کے بجائے انہیں مناسب مدت میں حل کرنے کی عادت اپنائیں۔

### کمپیوٹر کا استعمال محدود کریں

کمپیوٹر (لیپ ٹاپ اور اسمارٹ فونز بھی) بظاہر ایک چھوٹا سا آلہ ہے جو ساری دنیا سے ہمارا رشتہ جوڑتا ہے۔ ان دنوں فیس بک اور اسی طرح کی دوسری سائنس بہت سا وقت ضائع کر رہی ہیں۔ کمپیوٹر ہمیں قابو میں کر لیتا ہے اور ہم اس کے غلام بن کر رہ جاتے ہیں۔

بلا تکان ویب سائٹس یا سماجی رابطے کی سائنس پر گھنٹوں ضائع کر دینے سے ہم کئی اہم کاموں کا وقت کھو دیتے ہیں چنانچہ اس کو محدود کرنے کی ضرورت ہے۔

### پلاننگ ضرور کریں

کامیاب زندگی صرف درست پلاننگ سے ہی ممکن ہے۔ وقت اور توانائی بچانے اور محنت سے اچھے نتائج حاصل کرنے کے لیے زندگی میں سب سے زیادہ اہمیت پلاننگ کی ہے۔ اس سے کاموں میں

وقت بچاؤ

اکثر لوگ وقت کی قدر و قیمت کا احساس کیے بغیر ماہ و سال گزارتے چلے جاتے ہیں۔ وہ نہیں جانتے کہ وقت فطرت کا سب سے قیمتی تحفہ ہے۔

دولت کی اندھی دوڑ اور بے جا مصروفیات نے ہم سے وقت چھین لیا ہے۔ یوں ہمیں وہ وقت نصیب ہی نہیں ہوتا جس کو حقیقی معنوں میں ہم اپنا کہہ سکیں۔

احتیاط، شعور اور اچھی عادتوں کے ذریعے ہم اپنا وقت بڑھا سکتے ہیں۔ اس کے لیے ضائع کرنے والی پرانی عادتیں ترک کرنی ہوں گی۔ آپ کے دو چار ایسے دوست ضرور ہوں گے جو یوں لاشروع کرتے ہیں تو جوتے چلے جاتے ہیں۔ آپ نوک کر ان کو جتلانے کی کوشش کرتے ہیں کہ آپ کو کوئی ضروری کام کرنے ہیں مگر آپ کو ہمت نہیں پڑتی۔ خوش اخلاقی آپ کے آڑے آتی ہے۔ لیکن بدتمیزی یا غیر شائستگی کا مظاہرہ کیے بغیر بھی ایسے مہربانوں کو نوک سکتے ہیں۔ بس ان سے یہ کہہ دیجیے، معاف کیجیے، میں جانا چاہتا ہوں۔ یہ طرز عمل آپ کے وقت کو بچالے گا۔

### انکار کرنا سیکھیں

ہم کئی کئی دن ایسے کاموں میں ضائع کر دیتے ہیں جن کو دراصل شروع ہی نہیں کرنا چاہیے تھا۔ بعض اوقات ہمیں اچھی طرح معلوم ہوتا ہے کہ پہلے ہی کئی اہم کام رکے ہوئے ہیں اور ہمارے پاس قاتل وقت بالکل نہیں، پھر بھی کوئی دوست یا رشتہ دار ہم پر نئی ذمہ داری سونپتا ہے یا کوئی دعوت دے ڈالتا ہے تو ہم قبول کر لیتے ہیں۔ بعد میں ہمیں پریشان ہونا پڑتا ہے۔ اس نقصان دہ عادت کو ختم کرنے کا مفید طریقہ



میں تقسیم کر لیں۔ اس طرح آپ کا کام کا بوجھ تقسیم ہو جائے گا۔

### گھر سے باہر

گھر سے باہر جانے سے پہلے کافی وقت تیاری میں لگ جاتا ہے۔ اس وقت کو بچانے کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ ایک دن پہلے اپنے کپڑے منتخب کر کے استری وغیرہ کر کے پیئر پر لٹکا کر رکھ لیں۔ اس طرح عین وقت پر جو پریشانی ہوتی ہے اور وقت برباد ہوتا ہے وہ بچ جائے گا۔

### لکھنے پڑھنے

#### کے لیے شارٹ کٹ

اپنے کمپیوٹر پر ایسی دستاویزات کے ٹیمپلیٹس بنا کر محفوظ کر لیں جن کی بار بار ضرورت پڑتی ہے۔ مثال کے طور پر آپ کو کسی کام کے معاوضے کے لیے مل دینا ہوتا ہے۔ اس کا ایک نمونہ بطور ٹیمپلیٹ محفوظ کر لیں۔ اس طرح آپ بار بار تاپ کرنے سے بچ جائیں گے۔

آپ ایسی ہی دیگر دستاویزات اور خطوط وغیرہ کے ٹیمپلیٹ بھی محفوظ کر سکتے ہیں جن میں سالگرہ، شادی، مفتی، بچے کی پیدائش وغیرہ کے تہنیتی کارڈز بھی شامل ہیں۔ ان کے نمونے انٹرنیٹ پر بھی دستیاب ہیں۔ ایک مرتبہ سرچ کر کے انہیں محفوظ کریں اور بار بار استعمال کریں۔

کامیابی کے لیے زندگی میں نظم و ضبط قائم کریں اور گھر سے لے کر باہر تک ہر جگہ اپنی زندگی ان اصولوں کے تحت گزاریں۔ بد نظمی سے بچیں، کامیابی آپ کے قدم ضرور چومے گی۔



نظم و ضبط پیدا ہوتا ہے اور زندگی کا انتشار ختم ہو جاتا ہے۔ کامیاب لوگوں کی زندگیوں میں ڈسپلن اور پلاننگ کا شاہکار ہوتی ہیں۔

آپ بھی منصوبہ بندی کی عادت اپنالیں۔ یہ عادت صرف بڑے بڑے کاموں کے لیے مفید نہیں ہوتی، بلکہ زندگی کے چھوٹے بڑے تمام امور میں مددگار ہوتی ہیں۔

### مسلقہ اپنائیں

چیزوں کو سلیقے سے نہ رکھا جائے تو گھر میں افراتفری پھیل جاتی ہے۔ ضرورت کی مختلف اشیاء تلاش کے باوجود بہت بوقت ہاتھ نہیں نکلتیں۔ یہ تو آپ جانتے ہی ہیں کہ تلاش کرنے کا عمل کس قدر تکلیف دہ ہوتا ہے۔ اس میں وقت بھی صرف ہوتا ہے، بلکہ یوں کہنا چاہیے کہ وقت ضائع ہوتا ہے۔ اس کے لیے سنہری اصول یہ ہے کہ ہر چیز کی جگہ مقرر کر لیں اور اس کو وہیں رکھیے۔ یوں آپ بہت سی غیر ضروری پریشانیوں سے محفوظ رہیں گے اور وقت بھی ضائع نہیں ہو گا۔

### فیصلے

جب آپ مختلف کاموں کے لیے وقت کا تعین کرنا شروع کرتے ہیں تو آپ کو پتہ چلتا ہے کہ دستیاب وقت میں آپ کو زیادہ کام کرنے ہیں۔ چنانچہ اب آپ کو فیصلہ کرنا ہو گا کہ کون سا کام کرنے کا ارادہ آپ ترک کر سکتے ہیں، کیا کام آپ ملوث کر سکتے ہیں اور کون سا کام آپ کسی اور کے حوالے کر سکتے ہیں یا آخر میں کسی اہم ترین کام کے لیے آپ کے پاس کتنا وقت بچتا ہے۔...

اگر اب بھی وقت کم ہو تو اپنے کام کو کئی حصوں



امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

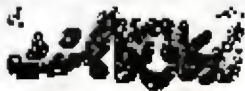
NEWS PAKISTAN

Contact:

Ph: 718-558-6080 Fax: 718-558-6079

Email: newspakistan@aol.com

248-04 Hookcreek Blvd Rosedale New York-11422 USA



106

Copied From Web





# مرنگائی کو دانش مندی سے قابو کریں!

مشکل تھی ہے لیکن یہ بڑی مشکل کا حل بھی ثابت ہوتی ہے۔ آپ نے خود سے طے کر لیتا ہے کہ ہر مہینے کچھ بھی ہو جائے، آپ نے کسی نہ کسی طرح ایک مقررہ رقم بچانی ہے۔ آپ کی تنخواہ جتنی بھی ہو، اس میں آپ نے یہ طے کر لیتا ہے کہ جو آپ نے بچت کرنی ہے، وہ آپ کی تنخواہ کا حصہ ہی نہیں۔ یہ بس ایسا ہی ہے جیسے کسی نے آپ کے پاس امانت رکھوا دی ہے، جس کو ہاتھ نہیں لگانا۔ آپ دیکھیں گے کہ کچھ عرصے بعد آپ کسی بھی اچانک آنے والے اخراجات سے اچھی طرح اور آسانی سے نمٹیں گے۔

بفٹے میں ایک موقبہ خریداری  
بہز یوں کی قیمتیں تیزان سے اوپر نیچے ہوتی رہتی

قیمتیں خاص طور پر، بیاز، ٹرانز  
اور آلو وغیرہ۔ کوشش

کریں کہ ہفتے میں ایک

مرتبہ جمعہ بازار یا اتوار

بازار سے خریداری

کریں۔ اگر آپ کو

لگے کہ بھانسیچے آیا ہوا

ہے تو ایک ساتھ

خریداری

کریں۔ خاص

طور پر، ٹرانز

عام آدمی پر ہر آنے والا دن پہلے دن کے مقابلے میں بھاری گز رہا ہے۔ برتنے دن کا سورج پہلے سے زیادہ مہنگائی کی تہمت لیے طلوع ہوتا ہے، لیکن تنخواہ دار طبقے کی تنخواہیں یا تو سال ہا سال نہیں بڑھتی یا پھر بڑھتی ہیں تو مہنگائی سے تناسب سے نہیں بڑھتی۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ لوگوں کے اخراجات ان کی آمدنی کی چادر

سے بڑھنے لگتے ہیں مہینے کی آخری تاریخوں میں تو فوبت دوسروں کے آگے ہاتھ پھیلانے کی بھی آجاتی ہے۔ ایڈوانس تنخواہ کے مطالبے ہونے لگتے ہیں۔ اس دوران اگر کسی عزیز کی شادی آجائے، نہیں آتا جانا پڑ جائے تو صورتحال اور پڑیشان کن ہوتی ہے۔ آدمی کی سمجھ میں نہیں آتا کہ وہ کسے تو انیا کرے...؟ مگر یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ ہم میں سے اکثریت اپنی زندگی میں منصوبہ بندی کی ضرورت ہی محسوس نہیں کرتی۔ جب تک سربہ سے پانی نہیں گزرتا ہم کسی چیز کی حساسیت اور اس مسئلے کی گہرائی کا اندازہ نہیں لگاتے۔ ہم آنے والے حالات کا مقابلہ کرنے کے لیے پہلے سے تیار نہیں ہوتے۔ آئیے... ہم آپ کو آج کچھ سونی سونی باتیں بتاتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے سادے مسائل کا حل نہ ہوں لیکن انبردست کی جائے تو زندگی میں آسانیاں مل جاسکتی ہیں۔

بچت کی عادات ڈالیں

ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے لیے جھسا چکا جملہ ہو، لیکن یقین جانیں یہ انتہائی کارآمد نسخہ ہے۔ بچت واقعی

مارچ 2015ء



وغیرہ کیونکہ یہ کبھی دس تو کبھی اسی روپے کھولتے ہیں۔  
دو وقت کا کھانا ایک ساتھ۔

دو وقت کا کھانا اکٹھا بنانے سے خاطر خواہ بچت ہو سکتی ہے۔ دن کے وقت جو بھی گوشت یا وال بنائیں، رات کو اسے چلوں یا روٹی کے ساتھ استعمال کریں۔ کہتے ہیں کھایا یا کس نے دیکھا، لیکن پہنا سب دیکھتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کبھی اچھا کھائیں ہی نا لیکن ضروری نہیں کہ ہر کھانے میں گوشت کی ایک ڈش موجود ہو۔ آپ بڑی کھانے کی بھی عادت ڈالیں۔ یہ نہ صرف صحت کے لیے بہتر ہیں بلکہ نسبتاً سستی ہوتی ہیں اور اس سے اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

سبزیاں گھہر پر  
اگائی جاسکتی ہیں۔

پودینہ، ہر ادھنیا، ہری مرچیں، لیموں اور توتلی سمیت کئی سبزیاں گھلوں میں باسانی اگائی جاسکتی ہیں۔ اس طرح ذرا سی محنت سے ماہانہ بڑی رقم بچائی جاسکتی ہے اور خاص طور پر اگر آپ کے گھر میں کوئی کیاری ہے، یا اتنی جگہ ہے تو اس سے بہتر کوئی اور چیز ہو ہی نہیں سکتی۔ یہ نہ صرف آپ کے پیسے بچائیں گی بلکہ آپ کو نئی لذت سے بھی روشناس کرائیں گی۔ تازہ سبزی کا مزہ کیا ہوتا ہے یہ تو کوئی ان سے پوچھے جو یہ سبزیاں کھاتے ہیں۔

گھہر کے کھانے کی عادت ڈالیں  
اپنے شوہر، بھائی، بیٹے اور بیٹی وغیرہ کو گھہر سے کھانا تیار کر کے دیں۔ باہر سے کھانا منگا پڑتا ہے۔ کبھی کبھار تو خاندان کے ساتھ باہر جا کر کھانا کھانا ٹھیک ہے لیکن اسے اپنی عادت نہ بنائیں۔ اس طرح کے معمولات آپ کے بجٹ کو شدید متاثر کرتے ہیں۔ آپ تین چار ہزار ایک وقت میں اڑا دیتے ہیں

اور پھر مہینے کے آخر میں ایک ایک روپے کے لیے پریشان ہوتے ہیں۔ ایسا نہ کریں۔ اعتدال کا دامن کبھی ہاتھ سے جانے نہ دیں۔

موسمی سبزیوں اور  
پھلوں کا استعمال

کوشش کریں کہ صرف موسمی پھل اور سبزیاں ہی استعمال کریں، کیونکہ بے موسم کے پھل اور سبزیاں مٹھے داسوں فروخت کیے جاتے ہیں۔ آپ چاہیں تو مٹر وغیرہ جب سستے ہوں تو انہیں محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ انہیں پلاسٹک کی تھیلیوں میں فریج میں رکھا جاسکتا ہے، لیکن میز کے بعد یہ بہت مٹھے ہوتے ہیں۔ اس لیے کوشش کریں کہ ہمیشہ سبزیاں موسمی ہی استعمال کریں۔ اس سے بھی اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

مہمان داری اور گھہر پر تیاری

اگر ہاتھ میں پیسے ہوں تو مہمانوں کی آمد ناگوار نہیں گزرتی۔ اس کے باوجود کچھ باتوں پر عمل کرنا زیادہ بہتر ہے۔ مثال کے طور پر بازار سے مٹھے اسٹیکس خریدنے کے بجائے انہیں گھر میں بنائیں۔ مہمانوں کی آمد پر مٹھے سافٹ ڈرنگس کے بجائے لیموں کا شربت یا کوئی اور شربت پیش کیا جاسکتا ہے۔ روٹ، سموسے، پیزا اور کباب وغیرہ گھر میں بنا کر رکھیں۔ اگر آپ کے مہمان کھانے پر آ رہے ہیں تو متوازن بچت بناتے ہوئے سبزی اور گوشت کی ایک سے دو ڈشیں تیار کریں۔ چٹنی، سلاد اور راستے سے کھانے کو پرکشش بنائیں۔ اس طرح چھوٹی چھوٹی باتوں پر عمل کر کے مہنگائی کو گھر پر ہی کسی حد تک اپنی سمجھداری سے قابو کیا جاسکتا ہے۔



پاکستان سوسائٹی



# بڑے ہوتے بچوں کے جذبات کو سمجھیے...

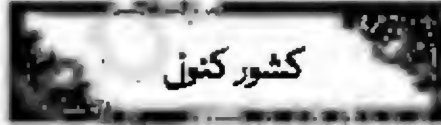
بچہ اس کائنات کی فکر کرنا چاہتا ہے۔ وہ اپنے خیالات کی قدر افزائی چاہتا ہے۔ اس مرحلے پر جب اسے والدین کی جانب سے کچھ پابندیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو وہ ان سے جھگڑنے لگتا ہے۔ والدین جو کہ اس پورے دور میں اس کے ہمراہ ہوتے ہیں اس عمر کے پیچیدہ انداز و اطوار سے اچھی طرح واقف ہوتے ہیں۔ والدین بچے کی حفاظت اور تحفظ کے لیے اسے کچھ حدود کا پابند بنا دیتے ہیں۔ یہ نو عمر سخت غصہ کا اظہار کرتے ہوئے والدین کی ہدایات پر کان نہیں دھرتا اور ان کی ہدایتوں اور نصیحتوں کو ایک ناخوش گوار حراست اور رکاوٹ کے طور پر لیتا ہے۔ بچہ سوچتا ہے کہ اس کے والدین شاید اسے سمجھ ہی نہیں سکے ہیں اور والدین سمجھتے ہیں کہ ان کا بچہ بے وقوف ہے۔ یہاں

پھر وہ والدین ہی ہیں جنہیں نو عمروں کی تمام حماقتوں کو گوارا کرنا پڑتا ہے اور وہ اپنے غصیلے اور خفا بچے کی دلجمعی اور غصہ ٹھنڈا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ایک اور اہم چیز جسے والدین عموماً یا تو فراموش کر دیتے ہیں یا نظر انداز وہ ہے تفریح اور کھیل کی صورت میں مثبت سرگرمیوں کی اہمیت۔ غصوان شباب میں بچہ گرم لال دھات کی مانند ہوتا ہے۔ تھوڑی سی کوشش اور سستی سے اس کی توانائیاں تعمیر بنی کاموں میں لگائی جاسکتی ہیں۔ جیسے پینٹنگ،

سب سے حسین اور انمول ہستی ہے، بچہ انسانی رویہ کے ناشائستہ پہلوؤں سے بے خبر، تشدد اور نفرت سے پاک، اپنے والدین کی بنائی ہوئی دنیا میں خوش اور مگن ہوتا ہے، مگر جوں جوں وہ بڑھنے لگتا ہے اس کے اندر تبدیلیاں رونما ہونے لگتی ہیں، یہ تبدیلیاں تیرہ سے انیس سال کے درمیان زیادہ نمایاں ہو جاتی ہیں۔ یہی دور غصوان شباب کہلاتا ہے۔ انسانی عمر کا یہ عرصہ نہایت نازک اور اہم ہوتا ہے جب کردار کی تبدیلیاں بچے کے مختلف تعلقات پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ اب بچہ اپنی شناخت اور تاثرات کا اظہار چاہے گا۔ وہ دوسروں پر انحصار کی بجائے خود کو بالغ ثابت کرنے اور اپنی انفرادی شناخت کے لیے برسرِ پیکار ہو گا۔

انسانی کردار اور رویوں پر کئی چیزیں اثر انداز ہوتی ہیں۔ مثلاً ماحول، تربیت، مشاورت، والدین اور بچے کے درمیان گفتگو اور ہم آہنگی و مطابقت وغیرہ۔ بالغ عمری میں ہارمونز کے بھی نوعمر کے ویسے پر گہرے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ غصوان شباب میں انسانی جسم میں مینا بولزم کی شرح اتھرائی ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ عمر کے اس دور میں بچہ توانائی سے بھرپور جو شیلہ اور سرگرم ہوتا ہے۔ جارحیت پسندی کا اس پر غلبہ ہوتا ہے اور وہ نیا پرسنے زاویے سے غور



کشور کنول





رائٹنگ، کھیل اور موسیقی کے ساز وغیرہ۔ اس طرح وہ ایک ممتاز اسپورٹس مین کے سانچے میں ڈھل سکتا ہے یا کسی اور تخلیقی کام کا ماہر بن سکتا ہے۔

بچے کی مدد اور اسے دور بلوغت کی پیچیدگیوں سے باہر نکالنے کے کئی طریقے ہیں۔ نو عمروں کی تربیت کے لیے ماحول کی بڑی اہمیت ہے۔ ماحول پر سکون اور اطمینان بخش بنا کر نو عمر کو بھی پر سکون اور مطمئن رکھا جاسکتا ہے۔ یہ بچے کی پرورش کا دوسرا اہم عنصر ہے۔ مطمئن رہنے اور صبر، تحمل کی تربیت عمر کے اس دور میں بہت زیادہ بچان اور اضطرابی کیفیات میں مبتلا ہونے سے بچاتی ہے۔

آزادی ہر انسان کا بنیادی حق ہے اور ذاتی شناخت ایک جلی خواہش ہے۔ امیر، دلیا، غریب، جوان، دیابوڑھا اسے ہمیشہ منصوبہ بندی کی ضرورت رہتی ہے۔ وہ اپنے کام کی حوصلہ افزائی چاہتا ہے۔ اسے اپنے کام میں آزادی کی تمنا رہتی ہے۔ آزادی سے کام کرنے کی یہ خواہش لڑکپن میں بڑھتی رہتی رہتی ہے۔ یہ ایک ایسی عمر ہوتی ہے جہاں جذبات اپنے عروج پر ہوتے ہیں اور کام کو اپنی مرضی سے پایہ تکمیل تک پہنچانے کی خواہش شدید ہوتی ہے۔ بچہ محسوس کرتا ہے کہ وہ نہایت اہم ترین فرد ہے مگر اس کے والدین اسے اپنی توانائیاں استعمال کرنے کے لیے آزاد نہیں دے دیتے۔ وہ جن پابندیوں کا سامنا کر رہا ہوتا ہے اس پر اپنے والدین سے احتجاج کرتا ہے اور جب والدین اس کے احتجاج کو اہمیت نہیں دیتے ہیں تو بچے کی شخصیت اندرونی خلفشار میں مبتلا ہونے لگتی ہے، جو بعد میں نفسیاتی امراض کی شکل بھی اختیار کر سکتی ہے۔ نو عمر

نے اندر جذبات اور احساسات کا جو سمندر موجزن ہوتا ہے وہ اپنے اظہار کے لیے کوئی غلط راہ تلاش کرنے اور جذبات کی تسکین کی خاطر جرائم کی طرف راغب ہو کر تشدد کی راہ اپنا سکتا ہے۔

ایک بہت اہم عنصر والدین اور بچے کے درمیان رابطہ ہے۔ بیشتر والدین انہی بچے کے سیکھنے کے عمل میں پورنی طرح شریک رہتے ہیں، مگر اپنے اور بچے کے مابین وہی عمل کی اہمیت کو نہیں سمجھتے۔ والدین کو یہ حقیقت معلوم ہونی چاہیے کہ ان کے بچے ان کی اپنی ذمہ داری دیتے ہیں۔ انہیں دنیا کے نشیب و فراز سے آگاہ کرنا ان کے فرائض میں شامل ہے۔ ایسے والدین جو دیگر معاملات میں خود کو بہت زیادہ وقف دیتے ہیں، مگر بچوں کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔ ان کے بچے عموماً خود فرد، اوا اس اور سونے اور کھانے کی ذمہ داریوں میں مبتلا رہتے ہیں۔ ایسے والدین کو اپنی ترجیحات کا درست تعین کرنا چاہیے۔ بچوں کو مناسب وقت دینے اور توجہ و نگہداشت کے ذریعے انہیں دور بدعت کی تکلیف و تجربات سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

مختصر یہ کہ نوجوانی کا دور آزاد رہنے، آزادی سے کام کرنے اور نمایاں ہونے کی خواہش کہلاتا ہے۔ غیر مہذب ذہن اور سخت سلوک سے ان کے جذبات کو دبانا نہیں چاہیے بلکہ مہربانی اور مدد دہی کے ساتھ ان کے جذبات کا احترام کرنا چاہیے۔ اس طرح وہ ہمارے معاشرے کا ذوق شعور، فہم اور کارآمد فرد بن سکتے ہیں۔ بصورت دیگر وہ منفی کارروائیوں میں ملوث ہو کر خاندان کے ساتھ ملک و قوم پر بھی ایک بوجھ بن سکتے ہیں۔



www.paksociety.com





مقام.... کمرہ امتحان....  
صنکر.... ڈیسک پر بیٹھے ہوئے  
امتحان دینے والے طلباء و  
طالبات، ہاتھوں میں کورن شیٹ  
اور ذہن اس شیٹ سے بھی زیادہ  
سادہ اور کورا۔

رات بھر جاگ کر جو کچھ  
پڑھا تھا۔ وہ سب ذہن سے یوں  
غائب ہو گیا جیسے کوئی کی آواز سن  
کر پیڑوں پر بیٹھی ہوئی چڑیا کی  
پھر سے اڑ جاتی ہے۔ پھر جو کچھ  
گھڑی امتحان کے وقت کے  
خاتم کی منادی کرتی ہے، ممتحن

# امتحان کا خوف

بایوسی اور ایک بے نام سا خوف لاحق ہو جاتا ہے۔ ان  
کے اسباب بے ربط ہیں۔ فیملی کا ماحول، والدین کا  
رویہ اور ان کی توقعات، بہت زیادہ  
دباؤ اور خود طالب علم کی یہ  
خواہش اور آرزو کہ اس کا رزلٹ خوب سے خوب تر  
ہو۔ کچھ لوگوں پر تو یہ وقت اتنا بھاری ہوتا ہے کہ وہ  
سچ کچھ بیز پڑ جاتے ہیں۔ سخت بایوسی، افسردگی اور بد  
ولی میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ پڑھنے اور گوشہ نشین  
ہو جاتے ہیں۔



تبسم ناز

ہال میں داخل ہوتے ہیں اور سب کے ہاتھوں سے  
کاپیاں چھیننے لگتے ہیں۔ طلباء و طالبات کے ہاتھ پر  
پسینہ کی ننھی مٹی بوندیں پھوٹ  
پڑتی ہیں، ہتھیلیاں سوج جاتی ہیں۔

امتحان سے متعلق ذہنی تناؤ ایک حقیقت  
ہے.... اگر ذہن سے سارے سوالات نکل گئے....  
اگر ذہن بالکل کورا ہو گیا.... اگر میں ٹل ہو گیا....  
اس قسم کے خیالات نسل در نسل غالب غلاموں کو  
پریشان کرتے رہے ہیں اور اب جیسے جیسے دنیا میں  
مقابلہ بڑھتا جا رہا ہے یہ فرق اور تضاد اور بھی شدت  
اختیار کرتا جا رہا ہے۔ آپ کی کامیابی کا ورید دار ان  
نمبروں پر ہے جو آپ حاصل کرتے ہیں۔ جیسے جیسے  
امتحان کے دن قریب آتے جاتے ہیں ویسے ویسے  
طالب علموں میں بے اطمینانی، کم خوابی اور بھوک نہ  
لگنے کی شکایتیں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ ذہنی انتشار،

بچے کا پورا مستقبل واؤ پر لگا ہوا ہوتا ہے۔ اب  
ظاہر ہے جب سب کچھ واؤ پر لگا ہوا ہو تو ذہنی تناؤ میں  
مبتلا ہونا ایک فطری امر ہے۔ بچوں کے مستقبل کا  
انحصار اس بات پر نہیں ہوتا کہ وہ کتنے اہل ہیں یا  
پورے سال کتنی محنت کرتے رہے ہیں یا پھر یہ کہ وہ  
اپنے نفسی کیریئر کے آغاز ہی سے خود کو کتنا لائق



ثابت کر سکتے آرہے ہیں بلکہ اس کا انحصار امتحان کے ان تین فیصلہ کن گھنٹوں پر ہوتا ہے اور وہی تین گھنٹے ان کی قسمت کا فیصلہ کر دیتے ہیں۔

پچھلی کارکردگی کی کوئی اہمیت نہیں ہوتی، لہذا طالب علم بننا کچھ چاہتے ہیں اور بن کچھ اور جاتے ہیں۔ جو ڈاکٹر بننا چاہتے ہیں وہ کمپیوٹر گریجویٹ اور جو انجینئرنگ کے شعبے میں کمال دکھا سکتے ہیں وہ مواصلات کے شعبے میں چلے جاتے ہیں۔ والدین کی غیر فطری توقعات اور طالب علم کے ذہنی تناؤ کو بھی اس میں شامل کیا جاسکتا ہے جن میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔

اس مسئلہ کا حل خود گھر میں موجود ہے چنانچہ گھر ہی سے اس کے حل کا آغاز ہونا چاہیے۔

والدین بچے پر اپنی توقعات اور خواہشات کا بوجھ نہ ڈالیں۔ بچے کی آوصی فکر اور پریشانی اس وقت دور ہو جاتی ہے جب وہ اپنے والدین کو اپنی کارکردگی کی طرف سے بالکل مطمئن پاتا ہے۔ لہذا والدین کو چاہیے کہ وہ بچے کو یقین دلا کر اس کے اعتماد میں اضافہ کریں۔

والدین کو اس امر سے آگاہ ہونا چاہیے کہ اگر بچے کی کارکردگی مساوی سے بھی کم ہے تو متبادل آپشن کی ایک وسیع رینج موجود ہے۔ کیریئر کے بارے میں صلاح و مشورہ اور غور و خوض میں مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔ اب محض میڈیسن یا انجینئرنگ ہی کیریئر کا واحد انتخاب نہیں رہ گیا۔ یہ سمجھنا بہت اہم ہے کہ صرف اعلیٰ درجے کے کالج میں داخلہ بھی کامیابی کی ضمانت نہیں ہے جہاں کم سے کم نوے پچانوے فیصد مارکس کی ضرورت ہوتی ہے۔

بننے کے لیے کسی کو ہمیشہ ٹاپ کرنے کی ضرورت نہیں۔ اس کے بجائے انگریزی میں 75 سے 80 فیصد نمبروں اور بقیہ مضامین میں اس سے تھوڑا زیادہ اور اپنی صلاحیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ صرف ایک مثال ہے۔

اسکولوں کو بھی اس سلسلے میں اہم رول ضرور ادا کرنا چاہیے۔ وہ بچوں کی صلاحیتوں کو چھوٹی جماعتوں سے نکھاریں۔ اگر ابتداء میں بچوں کی صلاحیتوں اور ان کی اہلیت کا اندازہ ہو جائے تو اس کی صلاحیت اور اہلیت کے پیش نظر ہی اس سے کام لیا جانا چاہیے اور اس پر محنت کرنی چاہیے۔

ماہرین یہ محسوس کرتے ہیں کہ اگرچہ مقابلے سے امتحان کو ختم تو نہیں کیا جاسکتا لیکن اسے سب کچھ بنی نہیں ہونا چاہیے۔ اسکولوں کو چاہیے کہ وہ اپنے طلباء و طالبات کو امتحانات سے پہلے کی زندگی کے لیے بھی تیار کریں جو کہ ان امتحانات سے زیادہ اہم ہے۔

ذہنی ماہر تعلیم کا کہنا ہے کہ ہمیں اپنے اسکولوں میں تعلیمی نیول لائن وہ سسٹم کو متعارف کرانا چاہیے۔ انیول اور اے نیول جیسا کہ بیرون ممالک میں رائج ہے۔ ان کے بال ذہیر ہمارے لازمی مضامین نہیں ہوتے بلکہ وہ بہت سے اختیاری مضامین کی سہولت فراہم کرتے ہیں اور طالب علموں کو اختیار ہوتا ہے کہ وہ اپنی اہلیت اور صلاحیت کے مطابق مضامین اختیار کریں انہیں ہر چھ ماہ بعد امتحانات میں ایک مرتبہ نہیں بار بار بیٹھنے کی اجازت ہوتی ہے۔

ہر بچے کی صلاحیت جدا ہوتی ہے لہذا انہیں ایک مخصوص اور غیر پگھلاؤ دار طرز عمل سے تحت جانچا نہیں جاسکتا۔ ہمیں چاہیے کہ ہر بچوں کو ایک ایسا راستہ

پاکستان ماہرین



ذہن میں رہتے ہیں۔

❖... اسباق کو دوہرانے کا ایک منصوبہ بنائیں اور اس پر سختی سے عمل کریں۔ خود کو اتنا وقت دیں کہ پورا کورس دوہرا سکیں۔ ترجیحاً دہرنا۔

❖.... دماغ کو سکون پہنچانے کے لیے نفاذ ذہن کسی بھی شے پر مرکوز کریں۔ مراقبہ، یوگا وغیرہ یا کوئی بھی ایسی مشق جس سے آپ کی توجہ دوسری طرف مبذول ہو۔ یہاں آپ کے ذہن کے تناؤ اور کشیدگی کو کم کرنے اور ذہن کو مرکوز کرنے میں مددگار ثابت ہوگی۔

❖.... اپنے ٹیچر یا ٹیوٹر سے مدد لیں۔ ان سے پوچھیں کہ کورس کس طرح دوہرائیں اور کس طرح امتحان کی تیاری کریں۔

❖.... پورن نمیدلیں، پیٹ بھر کر کھائیں اور تھوڑی بہت ورزش کریں۔

❖.... حتیٰ المقدور محنت کریں۔ انسان کو شش ہی شش ملتا ہے۔ اس سے زیادہ تو کوئی کچھ نہیں کر سکتا۔



ماحول عطا کریں کہ جس سے ان کی صلاحیتیں ابھر کر سامنے آسکیں اور وہ اپنی صلاحیتوں کو اس شعبے میں بروئے کار لائیں جس سے انہیں دلچسپی ہو، لیکن بیشتر مدارس تسلیم کرتے ہیں کہ ہر چند یہ کہ وہ تبدیلی لانا چاہتے ہیں لیکن سسٹم سے ان کے ہاتھ بندھے ہوئے ہیں۔ امتحانی بورڈ کے قواعد و ضوابط، یونیورسٹی میں داخلہ کے لیے رہنما خطوط وغیرہ وغیرہ۔ چنانچہ ان کے پاس سوائے اس کے کوئی چارہ نہیں کہ وہ بورڈ کے طے کیے ہوئے قواعد و ضوابط کی تقلید کریں۔

چند مفید مشورے

❖.... جس طرح دکھ باٹنے سے اس کی شدت میں کمی آجاتی ہے اسی طرح اگر مسئلے کو بانٹا جائے تو وہ آوارہ جاتا ہے۔ اگر آپ ذہنی کشیدگی میں مبتلا ہیں تو اپنا مسئلہ کسی ایسے شخص سے بیان کریں جس پر آپ بھروسہ کرتے ہوں، آپ یقیناً بہتر محسوس کریں گے۔

❖.... نوٹس بناتے وقت لال روشنائی بھی استعمال کریں۔ لال روشنائی سے لکھے ہوئے الفاظ نسبتاً تاویز

## تاج محل کا حسن ماند پڑنے لگا



امریکی یونیورسٹی جارجیا انسٹی ٹیوٹ آف ٹیکنالوجی کے سائنسدان پروفیسر مائیک برجن نے ایک تحقیق کی ہے جس میں انکشاف ہوا کہ تاج محل کے ارد گرد کے علاقے میں ایلے اور کنکریاں جلانے سے بننے والی گیس اور دیگر آلودگی سے پیدا ہونے والی گیسوں کے ذرات سفید سنگ مرمر کے اوپر چپک رہے ہیں۔ اس کی سطح پر براؤن کاربن، سیاہ کاربن اور مٹی کے ذرات جمع ہو رہے ہیں جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ تیزی سے دھندلا رہا ہے، خصوصاً براؤن کاربن

الٹرا فائن روشنی کو جذب کرتی ہے جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ سفید کی بجائے بھورا اور نیلا نظر آتا ہے۔



# صحت و علاج شریکی

آج دنیا بھر میں ہزاروں متبادل طریقہ ہائے علاج موجود ہیں۔ ان میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، پتھر و جواہرات، پانی، خوشبو، جڑی بوٹیوں سے علاج وغیرہ شامل ہیں۔ اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکو چکرا، ایکوپریشر، ریفلیکسولوجی، پیسو تھراپی، شیاٹسو، الیکٹریٹر، کلنیک، آپروید، فینگ شوئی، ٹائی جی، آریڈولوجی، کاسٹیسولوجی، مساج، کی کوئنگ وغیرہ بھی متبادل طریقہ علاج میں شامل ہیں۔

## فینگ شوئی

### Feng Shui 風水

فینگ شوئی ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوئی کے ذریعے تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھر یا کام کی جگہ میں رویہ عمل ہو سکتے ہیں۔ اس سے ذہنی یکسوئی کے ساتھ ساتھ آمدنی میں بھی نمایاں اضافہ ہو سکتا ہے۔ روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوئی پر تحریر۔





گزشتہ سے پیوستہ

فرہاد اپناٹک عشبہ کے گھر پہنچ گیا وہ اس کا فون ریسیو نہیں کر رہی تھی اور فرہاد کے لئے اس سے بات کرنا شد ضروری تھا۔

دروازے پر فرہاد کو دیکھ کر فضا کا چہرہ کل اٹھ۔  
"فرہاد بھائی آپ..... تھیک کلا آپ آئے تو سہی۔" اس نے جلدی سے پورا دروازہ کھول دیا۔  
"اگل ہیں گھر۔" اس نے رسی طور پر پوچھا۔  
"نہیں وہ تو آفس میں ہیں۔ ہاں ماما بانی ہیں۔ اسے اندر تو آئیے...." وہ اس کا ہاتھ پکڑ کر اندر لے گئی۔

مسز رحمان کے لئے فرہاد کی موجودگی کسی حیرت سے کم نہ تھی اور عشبہ... اسے کچھ سمجھ نہیں آ رہا تھا کہ وہ فرہاد سے کیا بات کرے گی۔  
"آئی بہت آپ کی اجازت ہو تو میں عشبہ سے ملنا چاہتا ہوں۔" فضا عشبہ کو سونپنے کرنے میں ناکام رہی تھی۔

"بیاتم تو جانتے ہو کہ وہ کتنی حساس ہے۔ اس وقت وہ انجمن کا ٹھکانہ ہے کہیں کوئی بات تمہارا دل نہ دکھائے شاید اتنی لئے لئے سے کتراری ہے۔" مسز رحمان عشبہ کی حالت بیان کرنے لگی۔

"آئی جو ہوا ہے اب اس سے زیادہ کیا دل دکھائے گی میرا" مسز رحمان نے اس کے لہجے میں درد کو واضح طور پر محسوس کیا۔

"تم چاہو تو اس سے کمرے میں جا کر مل لو۔ میری طرف سے اجازت ہے۔" وہ کھڑی ہو گئیں  
"جی شکریہ آئی۔"

دروازے پر ہونے والی دھک۔ عشبہ کو فرہاد کے آنے کا پتہ دے رہی تھی۔ وہ جانتی تھی اگر باہر نہ گئی تو وہ اندر چلا آئے گا۔ وہ اپنے دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں ٹھسائے کنفیوژیشن تھی  
"تو اب شکل بھی نہیں دیکھنی۔" فرہاد نے دروازے سے کہا۔ عشبہ نے نظر اٹھا کر فرہاد کی طرف دیکھا اور پھر اسے خود پر ضبط نہ رہا۔ وہ بے اختیار رو پڑی۔

فرہاد سے اس کا رونا نہیں دیکھنا جا رہا تھا۔ "کیا ہو گیا ہے تمہیں...." کیا کر رہی ہو اپنے ساتھ؟ کم سے کم مجھ سے بات تو کرو۔ آخر ایسا کیا ہوا کہ تم مجھ سے بات کرنے کی بھی رو ہوا نہیں۔" فرہاد نے شکایتوں کا دفتر کھول دیا۔

"نہیں فرہاد آپ سے کچھ نہیں بول سکتی تو یہ ہے کوئی بھی تھوڑا وار نہیں۔"

"تو پھر کوئی توجہ ہے نہ اس سب کی۔"  
"بس نہ جانے کیوں میں آپ کے گھر میں خود کو کفر خیال محسوس نہیں کرتی۔"  
"کیا مطلب؟"

"مطلب یہ کہ مجھے وہاں گھبراہٹ ہوتی ہے وہاں جاتی ہوں تو آپ سے چڑنے لگتی ہوں اور پھر رات بھر ڈراؤنے خواب مجھے اذیت میں مبتلا کرکتے ہیں۔ آئی ایم سوری فرہاد.... مگر مجھے کچھ بھی سمجھ نہیں آ رہا میرے ساتھ کیا ہو رہا ہے۔"

"تو تم نے مجھے یہ سب بتایا کیوں نہیں؟" فرہاد کا لہجہ نرم پڑ گیا

"کب بتاتی.... آپ آج کل پہنے سے زیادہ معروف ہوتے ہیں اور سچ تو یہ ہے کہ کیا بتاتی۔" وہ

شیدائے (نورانی)



چکیاں لے کر رونے لگی "ہں مجھے شادی نہیں کرنی۔"  
 "لیان یہ کوئی محقوٰں وجہ تو نہیں۔" فرہاد کے لہجے  
 میں الجھن تھی، مگر غلبہ کے پاس سوائے آنسوؤں کے  
 کوئی اور جواب نہ تھا۔



"کیا ہو گیا ہے یہ سب کچھ؟ کسی کی نظر کھا گئی  
 میری بچی کو؟" مسز رحمان نے رونا شروع کر دیا۔  
 "مجھے تو لگتا ہے کسی نے جادو کر دیا ہے ہمارے  
 بچوں پر۔" مسز غیاث بولیں۔ وہ فرہاد کو یوں مایوس  
 دیکھ کر غلبہ نے منے آئیں تھیں۔ غلبہ انہیں بہت  
 عزیز دوستی تھی۔

رحمان صاحب نے ایک نظر ان کی طرف دیکھا۔  
 وہ ان کی نظر کا مطلب سمجھ کر جلدی سے بولیں "ارے  
 بھائی صاحب جادو نو نہ کوئی وہم نہیں حقیقت یہی ہے اور  
 پھر سوچیے ہماری مشبہ کوئی تم عقل یا بید قوف لاؤ گی  
 تو نہیں جو کسی کہ کہے میں آسانی سے آجائے۔ دونوں کی  
 تین سال پرانی دوستی ہے۔ ایک دوسرے کی ہر بات  
 سمجھتے ہیں۔ جان چھڑکتے ہیں اور سب سے بڑھ یہ کہ  
 ایک دوسرے سے پیار کرتے ہیں۔ اب ایسے رشتوں  
 میں جھنے والے کوئی تم تو نہیں ہوتے نا۔" انھوں نے  
 بڑی تفصیل سے اپنے شک کی توجیہ بیان کر دی۔

بات ان کی محقوٰں تھی۔ وہ خاموش سوچتے رہے۔  
 "اگر آپ لوگ برا نہ مانے تو میں ایک صاحب کو  
 جانتی ہوں بہت نیک اور عبادت گزار ہیں۔" انہیں  
 چپ دیکھ کر مسز غیاث نے حل پیش کیا۔

"میرا مطلب ہے اللہ تعالیٰ نے ان کی دعا میں بڑا  
 اثر رکھا ہے۔ ان کے دم سے تو کئی مریض شفا یاب ہو ہی  
 جاتے ہیں ساتھ ساتھ وہ لوگوں کے دیگر ذہنی اور گھریلو  
 مسائل کا حل بھی بتاتے ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ لوگوں کی

زندگی میں بہتری لانے میں مصروف ہیں۔" مسز غیاث  
 نے تعریفوں کے پل باندھ دیئے۔  
 "میری مانی بھائی صاحب تو آپ چل کر ان سے  
 مل لیجئے۔ یقین کیجئے آپ کو بہت تسلی ہو گی اور انشاء اللہ  
 اس مسئلہ کا حل بھی نکل آئے گا۔"

مسز غیاث رحمان صاحب کو اپنے ایک جاننے  
 والے مولوی صاحب سے ملوانے پر ہند تھیں۔  
 ان کی اتنی تعریفیں اور مسز غیاث کے اتنے  
 اصرار کے بعد انکار کی گنجائش نہ تھی۔



وہی تو خان صاحب کا امپورٹ ایکسپورٹ کا بزنس  
 ہے۔ مگر ان کے دم سے شغایابی اور دیگر متبادل طریقہ  
 علاج کی وجہ سے مسز غیاث ان کو مولوی صاحب کہا  
 کرتی تھیں۔ مسز غیاث کے فون کرنے پر پتہ چلا کہ وہ  
 کسی درکشاپ کے سلسلے میں باہر جا رہے ہیں۔ اس لئے  
 ملاقات بند ہے۔ مگر خاندانی مراسم ہونے کی وجہ سے وہ  
 انکھڑے کر سکے اور اور پھر ان کی میٹنگ رحمان صاحب  
 کے گھر پر ہی ملے کروا دی گئی۔

رحمان صاحب ان سے مل کر بہت مطمئن ہوئے  
 وہ ان کی شخصیت سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے انھوں  
 نے کچھ دیر غلبہ سے بھی ایک تفصیلی ملاقات کی۔ وہ  
 اس سے اس کے مشاغل اور فرہاد سے اس کی دوستی سے  
 متعلق کئی باتیں پوچھتے رہے۔

غلبہ نے بھی ہر بات مختصر انہیں سچ سچ بتا دی۔ اس  
 دوران وہ گھر کا بھی جائزہ لے رہے تھے۔ انھوں نے  
 فرہاد کے حوالے سے بھی کچھ ضروری معلومات مسز  
 غیاث سے حاصل کیں۔

وہ غلبہ سے مل کر بہت خوش ہوئے "ماشاء اللہ آپ  
 کی بیٹی بہت ذہین ہے۔" بیگم رحمان تو پھولے نہیں



سائیں، سز غیاث چپک کر بولیں ”بھائی صاحب میری ہونے تو اپنا گھر بھی بہت خوبصورت بنوایا ہے۔ آپ دیکھیں گے تو حیران رہ جائیں گے۔“

سز غیاث کے علشہ کو بہو کہنے پر رحمان صاحب کے چہرے پر مسکراہٹ پھیل گئی۔ انھوں نے دل ہی دل میں اللہ کا شکر ادا کیا۔ ”ارے تو پھر دیر نس بات کی میں بھی گھر دیکھنا چاہوں گا۔ اچھا ہے میری ایک ملاقات فرہاد سے بھی ہو جائے گی۔“

”کیوں بھائی فرہاد تو گھر پر مل جائے گا نا۔“ ان کے اچانک کھڑے ہو جانے پر سب تھوڑے حیران ہوئے۔ مگر پھر سز غیاث نے فوری ہائی بھری۔ ”ہاں ہاں ضرور۔ جب تک ہم پہنچیں گے وہ بھی آفس سے گھر پہنچ چکا ہو گا“ وہ گاڑی کی چابی نکال کر کھڑی ہو گئیں۔

گھر پہنچ کر سب سے پہلے انھوں کردہ دیکھنے کی خواہش ظاہر کی۔ وہ کافی دیر کمرے کا جائزہ لیتے رہے۔ اور پھر اراٹک روم میں بیٹھے ہوئے چائے کے دوران فرہاد سے بہت سی باتیں بھی کیں۔

”خان صاحب...! آپ نے کیا دیکھنا مسد کہاں ہے۔“ کافی دیر گزرنے کے بعد جب خان صاحب کسی طرح کی کوئی بات نہ کی تو سز غیاث سے رہا نہ کیا۔ ”بھائی مجھے یقین ہے کہ آپ میری بات مثبت انداز میں سمجھیں گی۔“

”جی بالکل بھائی صاحب آپ بتائیے تو صحیح“ ”دراصل بھائی علشہ ماشاء اللہ بہت ذہین مگر بہت زیادہ حساس لڑکی ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ یہ مسد وقت سے پہلے سامنے آگیا۔“

”کیسا مسد...؟؟“ اب فرہاد کے بھی کان کھڑے ہو گئے۔

”کیا کوئی جادو ٹونہ یا اللہ خیر...؟“ سز غیاث بولیں

”ارے نہیں بالکل نہیں۔ آپ کو شاید یاد ہو تین چار مہینے پہلے ہم نے کچھ باتیں انٹری ڈیکور اور زیبائش سے متعلق کیں تھیں جس میں ہم نے فینٹ شوئی کی سائیں سے آپ کو متعارف کروایا تھا۔“

”جی ہاں کچھ کچھ یاد ہے۔ بہت دلچسپ موضوع تھا۔“

”اس کا مطلب آپ نے سب کچھ دلچسپی سے سنا مگر گھر کی تزئین و آرائش میں اس کا بالکل خیال نہ رکھا۔“ وہ شاکی لہجہ میں بولے۔

”جی بھائی صاحب۔ بس خیال ہی نہیں رہا۔ ویسے کچھ صحیح طرح یاد بھی نہیں۔“ سز غیاث غیبت سے بولیں۔

”مگر ابھی فینٹ شوئی کا ذکر کہاں سے آگیا۔“ فرہاد بے چینی سے بولا

”ارے بیٹا یہی تو اصل جڑ ہے۔“ ”انگل پلیر کھل کر بات کیجیے۔ مجھے لب بے تاب ہو رہی ہے۔“

”جانتا ہوں بیٹا۔ اس لئے پہلے تمہید باندھ رہا تھا۔ خیر اب تم پہلے میری پوری بات سننا اور پھر کوئی رائے یا سوال کرنا۔ ٹھیک۔“ وہ سنجیدگی سے بولے۔

فرہاد اثبات میں سر ہلا کر مزید قریب ہو کر بیٹھ گیا۔ ”دراصل بیٹا اس میں کوئی شک نہیں کہ تمہارے کمرے سے باہر کا نظارہ بہت خوبصورت ہے۔ شام میں ڈوبتا ہوا سورج بہت دلقریب منظر پیش کرتا ہے مگر تمہیں اپنا ریلیشن بچانے کے لئے ڈوبتے سورج کی نہیں بلکہ ابھرتے سورج کے نظارے کی ضرورت ہے۔“

”انگل...“ فرہاد لجاجت سے بولا۔ ”مجھے کچھ

قریب آئیے



سمجھ نہیں آ رہا.... پلیز میک ایٹ ایزی“

”اوکے۔ بھی فینگ شوئی کے اصولوں کے مطابق توانائی کا بہاؤ ہر سمت میں مختلف خواص لئے ہوئے ہوتا ہے جو ہماری صحت، ہمارے رزق، تعلقات اور بالخصوص ازدواجی رشتوں پر بہت زیادہ اثر انداز ہوتے ہیں۔ چونکہ یہ خواص ہم پر انفرادی طور پر اثر انداز ہوتے ہیں اس لئے ایک ہی سمت دو مختلف افراد میں مختلف اثرات پیدا کر سکتی ہے۔ ان اثرات سے زندگی کے دیگر معاملات کے مقابلے میں باہمی تعلقات زیادہ جلدی متاثر ہوتے ہیں۔“

”علشبہ چونکہ ایک بہت زیادہ حساس طبیعت کی لڑکی ہے اس لئے اس پر ان کا اثر جلد سامنے آ گیا۔ اور تم دونوں شادی کے بعد کی الجھنوں سے بچ گئے، دراصل تم دونوں کے ذاتی پاکو انمبر کے لحاظ سے یہ سمت تم دونوں کے تعلقات سے لئے بالکل بھی موافق نہیں۔“

”وہ یہاں ڈر خوف محسوس کرے گی۔ اسے ڈرانے خواب آئیں گے اور تمہارا ذہن بھی کاروبار یا دیگر مسائل میں زیادہ الجھا رہے گا اور خود کو کام میں زیادہ مصروف پاؤ گے جو علشبہ میں عدم تحفظ پیدا کرے گا اور یہ جو اتنا بڑا سا اثر انسفارمر بالکل تمہاری کمرے کے منہ پر لگا ہوا ہے یہ شاتوانائی پیدا کرتا ہے جس کے بہت برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔“

”انکل یہی سب تو ہو رہا ہے۔“

”میری رائے اور علم کے مطابق انہیں گراؤنڈ فلور پر اس کمرے میں شفٹ کر دیا جائے“ انھوں نے ڈرائنگ روم سے متصل بڑے کمرے کی جانب اشارہ کیا۔

”مگر علشبہ نے وہ بہت دل سے بنوایا ہے۔“ فرہاد نے مزاحمت کی

خان صاحب مسکرا دیئے۔ ”ٹھیک ہے بیٹا اس کے لئے پھر میری ہدایات کے مطابق یہ تبدیلیاں کرواؤ اور ہاں: حسیان رہے تمہارے کمرے کا رنگ فیشن کے مطابق تو ہے لیکن موزوں نہیں، بہت ڈل ہے اسے تو بدلوانا ہی پڑے گا۔“

”جی انکل آپ بتائے۔ میں آپ کی ہدایات پر عمل کرنے کی پوری کوشش کروں گا۔“ اسے تسلی ہوئی ”ہم....“ خان صاحب نے کچھ ضروری سامان کی لسٹ اسے دی۔ ”یہ سامان سستا بھی ہے اور با آسانی دستیاب بھی“ انھوں نے کہا اور پھر اسے کمرے میں مختلف سمتوں میں رکھنے کے لئے کہا۔ رنگ بدلنے کی ہدایات تو وہ پہلے ہی دے چکے تھے۔ مگر جس بات وہ نعرہ تھے وہ مختلف جھروکوں اور کھڑکیوں کا بنونا تھا۔ کمرے کے دروازے کا رخ بدلا جائے جس پر وہ کسی بھی طرح کے سمجھوتے کے لئے تیار نہ تھے۔

”مگر اتنی رقم تو ہم پہلے ہی لگا چکے ہیں بھائی صاحب“ مسز غیاث پریشانی سے پولیس ”بھانجھی میں تو آپ سے کہہ رہا ہوں کہ ان دونوں کے پاکو انچ کے مطابق یہ کمرہ سب سے زیادہ موافق ہے۔“

”ارے بیٹا اس کمرے کا اچار ڈالو گے جب علشبہ ہی ساتھ نہ ہوگی۔“ مسز غیاث نے فرہاد کو یوں سوچتا ہوا دیکھ کر سرزنش کی۔

”جی آپ صحیح کہہ رہی ہیں۔ ٹھیک ہے انکل آپ جیسا مناسب سمجھیں۔“

اور پھر گراؤنڈ فلور کے اس کمرے کو خان صاحب کی مزید کچھ ہدایات کے مطابق آراستہ کیا گیا۔ ان کی ہدایت پر اب علشبہ بھی تقریباً روزی وہاں آتی تاکہ اس کی پسند کو مد نظر رکھا جاسکے۔ تقریباً ہفتہ دن دن میں



(دوستو ہمیں آپ کو یہ بتاتے ہوئے خوشی محسوس ہو رہی ہے کہ جب تک آپ اس قسط کا مطالعہ کر رہے ہوں گے تب تک یعنی فروری 2015 میں دونوں رشتہ ازواج کے خوشہسرت بندھن میں بند چکے ہوں گے۔  
 کارنیں! جزیل پاکو اگے ساتھ ساتھ باقی پاکو انہر کی اہمیت تو آپ سمجھ گئے ہوں گے۔ یہ نہ صرف سحرینہ بلکہ کاروباری تعلقات پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ آپ اپنے ذاتی پاکو انہر سے جس ضرر اپنی زندگی میں بالخصوص تعلقات میں مبتلا ہو سکتے ہیں اس کا کلیہ اور آپ کے لئے موافق اور ناموافق باتوں سے متعلق دیگر معلومات اثنائے ہم آنے والی اقساط میں بیان کریں گے۔)

مسلمان کی متعلق اور دیگر آرائش کا کام مکمل ہو چکا تھا۔ اسے آنے کے لئے جس طرح منایا گیا۔ یہ ایک الگ کہانی ہے۔ خان صاحب لب طشہ سے ملنا چاہتے تھے۔ ان کی خواہش پر طشہ اور تمام گھر والوں کو دعوت پر مدعو کیا گیا تھا۔

سب نے محسوس کیا طشہ کچھ اتنی ہوتی تھی طر اس کی سب چینی میں کی تھی۔ سب سے بڑھ کر یہ کہ طشہ شاہی کے لئے نان بنی تھی۔

مسررہماں ان تمام باتوں پر یقین نہیں کر رہی تھیں۔ "خان صاحب کیا واقعی یہ ستمیں اتنی اثر انداز ہوتی ہیں۔" بیگم رحمان حیات سے پوچھیں۔ خان صاحب کوئی جواب دینے بغیر مسترد کر دیتے۔



## ٹریفک قوانین میں رنگوں کا استعمال کیسے شروع ہوا....؟

آج سے تقریباً 200 سال قبل برطانیہ میں ریلوے انجینئروں نے ریل گاڑیوں کے لیے اشاروں کا نظام وضع کیا جس میں سرخ، سفید، نیلے، سفید چمکے اور سبز چمکے رہنے کے لیے استعمال کی جاتی تھی۔ سفید رنگ کے کچھ مسائل کی وجہ سے بالآخر اسے ترک کر دیا گیا اور نئے نظام کے تحت سرخ، سفید، نیلے اور سبز چمکے کے لیے اور پیلا رنگ محتاط اور تیار رہنے کے لیے استعمال کیا جانے لگا۔

انیسویں صدی کے وسط میں انگلینڈ میں کھوڑا گاڑیوں کا رخ بہت بڑھ گیا تو ریلوے انجینئرز جون ہیک نامت نے انتظامیہ کو ریلوے کی تین روشنیاں سوکوں پر بھی استعمال کی تجویز دی۔ ابتدا میں تو یہ نظام بہت کامیاب رہا لیکن روشنیوں کو گیس فراہم کرنے والا ایک پاسپ لیک ہونے سے آگ لگ گئی اور ایک پولیس والا شدید زخمی ہو گیا۔ اس کے بعد برطانیہ میں ان روشنیوں کا استعمال بند کر دیا گیا لیکن اسی دوران امریکوں نے انہیں کامیابی سے استعمال کرتا شروع کر دیا۔ ایک امریکی پولیس مین ولیم ایل پائس نے 1920ء میں چوراہے میں چاروں طرف آنے والی ٹریفک کو کنٹرول کرنے کے لیے اشاروں کا نظام متعارف کروایا جس میں معمولی تبدیلیوں کے بعد یہ پچھلے سارے امریکہ اور پھر ساری دنیا میں استعمال ہونے لگا۔

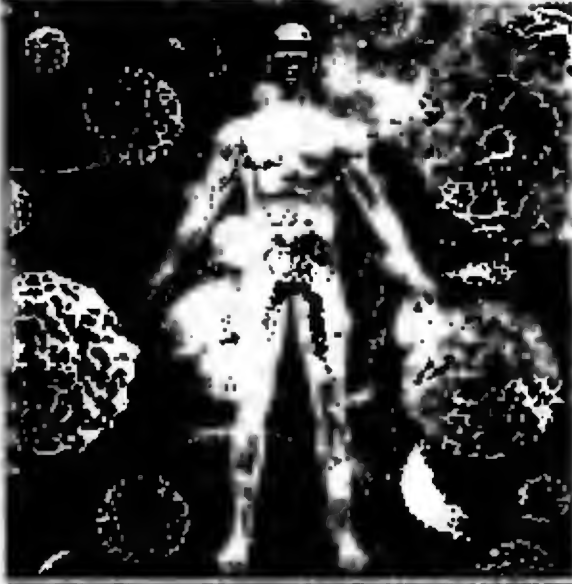






## کینسر CANCER .... اب مہلک مرض نہیں رہا.....

بردقت تشخیص سے کینسر کا علاج ممکن ہے۔



انسانی شعور نے جیسے جیسے افاقہ کے مراحل طے کیے  
نہی مناسبت سے نت نئی ایجادات منظر عام پر آتی گئیں،  
خارون میں رہائش کے دور سے جدید مشینوں تک ہر  
شعبہ میں ترقی کی راہیں ابھرتی چلی گئیں۔  
اب شعبہ طب کو سی لے بیٹے، کبھی جو بیماریاں جان لیوا  
تصور کی جاتی تھیں اب ان میں بیشتر کا تونا سے تھیں قس  
ہو چکا ہے اور بھروسہ پر کاروبار جارہا ہے۔

ہزاروں زندگیوں میں بہت سی خطرات کا پھاروں سے  
واسطہ پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بھاری کا خوف ہی  
آدمی جان لے لیتا ہے۔ چند برس قبل آنرلسی مرینیں میں نو عمر اور کینسر کی تشخیص کر دی جاتی تو ہمارے گھر میں  
کتنے سے زمین نکل جاتی تھی، لیکن اب نئے طریقہ علاج کی آمد سے کینسر کا علاج بھی ممکن ہو گیا ہے۔ ماہرین کے  
مطابق آنر سرطان کی بردقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے، مگر ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی  
تشخیص کی شرح بہت کم ہے اس کی ایک بڑی وجہ عوامی آگہی کا فقدان ہے۔

چلے جاتے ہیں۔ موجودہ صورتحال کو کنٹرول نہ کیا گیا  
تو 2030 میں کینسر میں سالانہ ہلاکتوں والے افراد  
کی تعداد 2 کروڑ 60 لاکھ اور ہلاکت ہونے والوں کی  
تعداد 1.7 کروڑ سے تجاوز کرنے کا خدشہ ہے۔  
طبی ماہرین کے مطابق دنیا میں کینسر کی 17 فیصد  
اموات سمجھوتوں، 11 فیصد پیٹ جبکہ 7 فیصد  
اموات چھاتی کے کینسر کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ پاکستانی  
خواتین میں ہر سال لگ بھگ 90 ہزار سے زیادہ  
کینسر کے کیس رپورٹ ہوتے ہیں، خواتین میں

زندگی میں بہت سی خطرات کا پھاروں سے واسطہ  
پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بھاری کا خوف ہی  
آدمی جان لے لیتا ہے۔ پاکستان سمیت دنیا بھر میں  
کینسر تیزی سے پھیل رہا ہے۔ ماہرین کے مطابق دنیا  
بھر میں سالانہ ایک کروڑ 27 لاکھ سے زیادہ افراد  
مختلف اقسام کے کینسر کا شکار ہوتے ہیں اور ہر سال  
81 لاکھ سے زیادہ افراد کینسر کے ہاتھوں زندگی کی  
باتی ہار جاتے ہیں۔ پاکستان میں تقریباً پچاس ہزار  
افراد اس مہلک مرض کے باعث موت کے منہ میں



بریسٹ کینسر جبکہ مردوں میں پھیپھڑوں اور پر اسٹیٹ کے علاوہ منہ کے سرطان میں تشویشناک حد تک اضافہ دیکھا گیا ہے۔

اعداد شمار کے مطابق ہر سال اسی لاکھ افراد اس مہلک مرض کی بھینٹ چڑھ رہے ہیں لیکن ان میں سے بہت سے مریض ایسے بھی ہیں جو اس بیماری کو شکست دینے میں کامیاب رہے ہیں۔ ڈاکٹر زکا کہتا ہے کینسر کی تشخیص اگر بروقت ہو جائے تو علاج میں آسانی ہو جاتی ہے اور مرض کے قابو میں آکر جسم میں پھیلنے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔

کینسر ایک ایسا مرض ہے جس کی جلد تشخیص نہ ہونے سے انسان کی موت یقینی ہے۔ اگر سرطان کی بروقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے مگر ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی تشخیص کی شرح بہت کم ہے۔ اس کی وجہ عوامی آگہی کا فقدان ہے۔

کینسر کی ابتدائی علامات میں مستقل تھکن، وزن میں اچانک کمی، درد، بخار، بائیسے کی مسلسل خرابی اور کھانسی وغیرہ شامل ہیں۔ ماہرین طب کے مطابق کینسر کے پھیلنے کی بڑی وجوہات تمباکو نوشی، حفظانِ صحت کے اصولوں پر عملدرآمد نہ کرنا ہے۔ پان چھالیہ گڑھا کینسر کی بڑی وجوہات میں شامل ہیں۔ کینسر کے خطرناک مرض سے متعلق عوام میں شعور بیدار کرنے کی اشد ضرورت ہے۔

### کینسر میں اضافے کی

#### پہلی اہم وجہ

کینسر کی وجہ سے اکثر اموات کی وجہ یہ نہیں کہ ان کا علاج کیا جاتا ممکن نہیں، بلکہ یہ ہے کہ ایک تو وہ خود جان بوجھ کر اس مرض کو اپنا رہے ہیں اور

دوسری وجہ یہ کہ وہ کینسر کی علامات کو نظر انداز کر رہے ہیں۔

پاکستان اور خاص کر کراچی میں ”کینسر“ سب سے سستی بیماری ہے۔ صرف ایک روپیہ دیں اور بیماری ساتھ لے جائیں۔ زندہ رہنے کے لئے ایک روپے میں یہاں ایک روٹی نہیں ملتی، لیکن کینسر کے ہاتھوں مرنے کے لئے ایک روپے کا مکہ ہی کافی ہے۔ سرکاری ہو، پرائیویٹ ہو یا ملٹی نیشنل کمپنی کا آفس کمپن بھی پٹلے جاسیے، سب سے زیادہ سپارنی، گنگے اور مین پوری کے ریپر آپ کو یہاں وہاں، یا کونے کھدروں میں پڑے مل جائیں گے۔ ایک روپے میں ملنے والی رنگین مینھی سپاری کے رنگ برنگے ریپر، مین پوری کی واٹر پروف تھیلیاں اور گنگے کے کاغذ اور شاہرز اس بڑی تعداد میں اور یوں ہر جگہ اڑتے مل جاتے ہیں جیسے برسات کی پہلی بارش کے قطرے زمین پر بکھرتے نظر آتے ہیں۔

کیا امیر اور کیا غریب گنگے، سپاری اور مین پوری کھانے والوں میں اس طرح کی تفریق نہیں۔ یہ بری عاداتیں کچھ اس طرح لوگوں کو اپنا غلام بنا لیتی ہیں کہ نقصان ہونے کے باوجود لوگ انہیں چھوڑنے اور بدلنے کو تیار نہیں ہوتے اور برقیقت پر جاری رکھتے ہیں.... بیشتر افراد تو یہ شکایت بھی کرتے ہوئے مل جاتے ہیں کہ اگر وہ یہ چیزیں استعمال نہ کریں تو ان کا ذہن کام ہی نہیں کرتا، ان پر سستی چھائی رہتی ہے اور وہ ناخن رہتا ہے۔

گڑھا کی چھالیوں میں ٹنگس یعنی پھپھوندنی آ جاتی ہے۔ جس کی تیزی اور کڑواہٹ کو کم کرنے کے لئے اس میں مصنوعی رنگوں کی ملاوٹ کی جاتی ہے۔ توام

پاکستان



کیسز کی جو علامات ہیں ان پر توجہ دی جائے تو بڑے نقصان سے بچا جاسکتا ہے۔

کینسر ایک موذی اور مہلک مرض ہے، کچھ لوگوں میں اس کی تشخیص اس وقت ہوتی ہے جب اس کا علاج ممکن نہیں رہتا۔ برطانوی ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ اگر کینسر کی ابتدائی علامات پر ہی توجہ دی جائے تو آنے والے بڑے نقصان سے بچا جاسکتا ہے۔ برطانیہ میں کیے گئے سروے میں یہ بات سامنے آئی کہ کینسر کے شکار لوگوں میں نصف نے ابتدائی علامات کو خاص اہمیت نہ دی، ڈاکٹروں سے رابطہ نہ کیا اور انہوں نے آنے والے دنوں میں بڑا نقصان کا سامنا کیا۔ آئیے آپ کو کینسر کی ابتدائی علامات بتاتے ہیں۔

- اگر آپ کو مستقل کھانسی لاحق ہو جائے تو فوراً ڈاکٹر سے ملیں کیونکہ یہ پھیپھڑوں کے کینسر کی ابتدائی علامت ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کے گل یا موب کے کے بننے میں تبدیلی ظاہر ہو تو یہ جلد کے سرطان کی طرف اشارہ ہو سکتا ہے۔
- آنت کے رویے میں غیر معمولی تبدیلی آنت کے کینسر کا پیش خیمہ ہو سکتا ہے۔
- اگر آپ کے منہ کے چھالے مستقل رہیں اور ٹھیک نہ ہوں تو یہ منہ کے سرطان کی ممکنہ علامت ہے۔
- اگر آپ کو کوئی چیز کھاتے ہوئے نگلنے میں مشکل ہو اور یہ علامت جاری رہے تو یہ گلے کے کینسر کی وجہ ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کا وزن بغیر کسی وجہ کے کم ہو رہا ہے تو ممکن ہے کہ یہ مختلف طرح کے کینسر کی ابتدائی علامت ہے۔
- اگر آپ کے مٹانے میں کوئی غیر معمولی تبدیلی آ رہی ہے اور آپ کو پیشاب کرنے میں دشواری ہے تو یہ مٹانے اور پروسٹیت کینسر کی علامت ہو سکتی ہے۔
- جسم کے کسی حصہ میں مستقل درد بھی کینسر کی ممکنہ علامت ہے۔
- بغیر کسی ظاہری وجہ کے خون کا مسلسل رسنا مختلف طرح کے کینسر مثلاً آنت وغیرہ کی ابتدائی علامت ہے۔
- بغیر کسی وجہ کے جلد پر سرخ نشانات بننا بھی سرطان کی علامت ہو سکتی ہے۔
- ضروری نہیں کہ اوپر بیان کی گئی باتوں میں کسی ایک میں مبتلا ہونے کے بعد کینسر پھیلی ہو لیکن پھر بھی ایسی صورتوں میں معالج سے مشورہ کرنا بہتر ہے تاکہ بڑے نقصان سے بچا جاسکے۔

پاکستان میڈیکل ایسوسی ایشن کے عہدیدار ڈاکٹر قیصر سجاد کا کہنا ہے "گنگا اور مین پوری کینسر اور منہ کی دیگر بیماریوں کی بنیادی وجہ ہے۔ طویل عرصے تک گنگا اور مین پوری کھانے سے سوڑوں، حلق، پھیپھڑوں، معدے اور پروسٹیت کینسر ہونے کے امکانات بہت زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔"

کینسر میں اضافے کی

دوسری اہم وجہ

شاید یہ کینسر کا خوف ہی ہے کہ اکثر لوگ اس

اور تمباکو کا ذائقہ بھی اس کی کڑواہٹ کو چھپالیتا ہے اور چونکہ لوگ اسے کھانے اور اس کے نشے کے عادی ہو چکے ہوتے ہیں لہذا وہ آسانی سے اسے چھوڑ نہیں پاتے۔ ناقص چھالیہ، غیر معیاری رنگوں اور دیگر مضر صحت اشیاء سے بنائے جانے والے ککڑے اور مین پوری کے شائقین بہت بڑی تعداد میں موجود ہیں جو یہ جانتے کے باوجود کہ گنگا اور مین پوری کینسر جیسی مہلک بیماری کا سبب بن سکتا ہے، اپنی لت سے دستبردار ہونے کو تیار نہیں ہوتے۔



یہ دونی کی ممکنہ علامت کو نظر انداز کر دیتے ہیں، ایک مطالعہ میں یہ بات سامنے آئی ہے۔

کل 10700 خواتین نے یہ مطالعہ کیا تھا جس میں تقریباً آدھے (53 فیصد) لوگوں نے کہا کہ تین ماہ پہلے انہیں کینسر کے سیم سے کم ایک مشین علامات کا احسان ہوا، لیکن ان میں سے صرف دو فیصد لوگوں کو یہی حکم دیا گیا کہ کینسر کا ممکنہ علامت ہے۔ کینسر کی علامات کو لوگ بڑھتی عمر، انجکشن، آہستہ آہستہ Arthritis اور cysts کا مسئلہ سمجھ کر نظر انداز کر دیتے ہیں۔

یونیورسٹی کان آف لندن میں سینئر ریسرچ کرنے والے کترینہ واکر Katrina Whitaker کا کہنا ہے کہ کینسر کی علامات سامنے آنے کا مطلب یہ نہیں کہ وہ بڑی کینسر بنی ہے۔ یہ کینسر یا وہ علامتیں بیماریوں کا علامت ہو سکتا ہے، لیکن ٹرمینل کینسر کا امکان وجود وینا صحت کے لئے فائدہ مند ہوتا ہے۔

کینسر سے نجات کے لئے بہت سے طریقے ہیں۔ ادویات، مدیکٹ میں دستیاب ہیں۔ ان ضمن میں سب سے پہلے جرمن کے ڈاکٹر او نوہرٹی نے ان کا قابل عمل علاج دھو کر نوٹس پر آکر دیا تھا۔ آج تو یہ طاق ہے کہ کینسر کے اسپتال، تحقیقات اور علاج کی سہولیات موجود ہیں لیکن بے شمار مریض ایسے ہیں کہ علاج کے لیے آگاہی نہیں چاہتے۔

### کینسر کی تشخیص

پاکستان میں کینسر سمیت بہت سے مرض کی تشخیص ممکن ہے۔ پاکستان دماغی اور مختلف اقسام کے کینسر میں تیسرے نمبر پر آتا ہے۔ کینسر کی خوں رجحانات کے بارے میں اب تک معلوم نہیں ہو سکا

ہے، تاہم ماحولیاتی آلودگی، جن میں سگریٹ نوشی، گوشت، کارخانوں، فیکٹریوں، گاڑیوں کے دھوئیں کے علاوہ دھواں کا پتوں کو لپٹا دودھ نہ پلانا کینسر کی رجحانات میں شامل کیا جاتا ہے۔

ماہر مراض و دماغ، نیورڈ سرجن اور جٹا اسپتال نیورڈ سرجری یونٹ کے سربراہ پرو فیسر سٹا ہائیم کا کہنا ہے کہ کینسر کی تشخیص اور علاج جتنا جلد ہو جائے، مریض کے صحت مند ہونے کے امکانات اتنے ہی زیادہ روشن ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ پاکستان میں کینسر کی تشخیص اور علاج کی تمام سہولتیں میسر ہیں۔

پاکستان میں ملکی با۔ انسانی جسم میں موجود کینسر سمیت کسی بھی مرض کی تشخیص کے لئے نیورڈ اسپتال اینڈ میڈیکل انسٹیٹیوٹ میں PCT CT اسکن مشین نصب کی گئی ہے۔ پاکستان میں کینسر کی تشخیص کی یہ جدید ترین مشین صرف لاہور اور کراچی میں ہے۔ اس جدید ترین مشین کے ذریعے کسی بھی قسم کے کینسر کے علاوہ دل کے مراض اور دیگر بیماریوں کی درست بروقت تشخیص کی جاسکتی ہے۔

اس مشین کی خاصیت صرف یہ نہیں کہ یہ جسم میں موجود کینسر کا پتہ چلاتی ہے بلکہ یہ مشین اس جگہ کو بھی دریافت کرتی ہے جہاں سے کینسر کی ابتدا ہوئی اور کینسر جسم کے کسی حصہ میں خلیوں یا غیر فعال ہے۔ یہ مشین بتاتی ہے کہ کینسر کو علاج کے لئے کس وقت چھیننا ہے۔ یعنی جسم میں موجود کینسر کے خطے کتنے عرصے تک غیر فعال رہیں گے اور کب خلیوں ہوں گے۔

یہ مشین کینسر کے علاج کی کوہرانی اور ریڈی ایشن کے بعد یہ بھی بتاتی ہے کہ فزیشن کس حد تک کارآمد ہوا ہے۔ مشین کے ذریعے پاکستان میں کینسر

پاکستان





ڈاکٹر امراض دماغ، نیورو سرجن اور جناح اسپتال نیورو سرجری یونٹ کے سربراہ ڈاکٹر عبدالستار محمد ہاشمی کا علاج کرنے والی گاما ٹانف مشین کے ہمراہ

کے مریضوں کو علاج کی معیاری اور  
سستی سہولت میسر ہوئی ہے۔  
پاکستان میں اس مشین کے ذریعے  
کینسر کا علاج اتنا ارزاں ہو گیا ہے کہ  
امریکہ، یورپ، روسی اور ہمسایہ  
ملکوں سے کینسر کے مریض علاج  
کے لئے یہاں آئے لگے ہیں۔  
گاما ٹانف مشین

نیو مریضوں کے لیے  
نئی زندگی  
ملک کی طبی تاریخ میں پہلی بار

پاکستان میں اس ٹیکنالوجی کو 2008ء میں جناح  
اسپتال نیورو سرجری کے سربراہ ڈاکٹر  
عبدالستار محمد ہاشمی نے متعارف کروایا۔  
اینڈواسکوپک نوزل  
کینسر کا بغیر سرجری علاج

جناح اسپتال کراچی کے نیورو سرجری شعبے میں  
دماغ کی سرجری کیلئے نئی تکنیک متعارف کرا دی گئی  
ہے۔ نئی تکنیک سے متاثرہ مریض کے دماغ کی جراحی  
کی جاسکے گی۔ اس جراحی کے دوران مریض کا سر  
(اسکل، کھوپڑی) کو کالے بغیر اینڈواسکوپک نوزل  
سے جراحی کی جاسکے گی۔ اینڈواسکوپک نوزل جراحی  
تکنیک میں متاثرہ مریض کے سر کا (اسکل، کھوپڑی)  
کھولے بغیر ناک کے ذریعے دماغ تک پہنچا جاسکتا  
ہے۔ اس تکنیک میں مریض کے چہرے یا سر کو کاٹ  
نہیں جاتا، اس تکنیک سے ناک کے ذریعے کھوپڑی  
اور سر کی جملہ بیماریوں کا علاج کیا جاسکے گا۔



دماغی نیو مریضوں کا علاج شعبوں کے ذریعے صرف 11  
منٹ میں ہو سکتا ہے۔ کراچی میں نیو مریضوں کی  
میڈیکل انسٹیٹیوٹ میں ڈاکٹر نیکل گاما ٹانف مشین کے  
لئے پاکستان بھی ان ترقی یافتہ ملکوں میں شامل ہو گیا  
ہے جہاں برین نیو مریضوں کا علاج شعاعوں کے ذریعے بغیر  
آپریشن کے صرف 11-30 منٹ میں ہو سکتا ہے گا۔ اور ملک  
میں موجود نیورو سرجن، نیورو فزیشن، میڈی  
اتھولوجسٹ بہت کم خرچ میں برین نیو مریض  
بیمہرج، سرگی، درعشہ، اور دماغی مریضوں کا علاج  
بہت ہی مناسب خرچ میں ہو سکے گا۔ اور مریضوں کو  
باہر ملے ملک جا کر بہت مہنگے علاج کرنے سے چھٹکارا  
مل جائے گا۔

اس تکنیک کو سب سے پہلے 1967ء میں  
سوئڈن میں متعارف کرایا گیا تھا اور اس وقت دنیا  
بھر میں چار ہزار گاما ٹانف یونٹس مختلف ممالک میں  
لاکھوں مریضوں کا کامیاب علاج کر رہے ہیں جن میں  
پاکستان بھی شامل ہے۔

مارچ 2015ء



عظیمی

کے اعتماد کے ساتھ

محکم دلائل سے مزین

عرقی گلاب



کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں

یا ہوم ڈیلیوری کے لیے رابطہ کریں:

021-36604127

پاکستان

126

Copied From Web





گھر میں پیش  
آنے والے زیادہ تر  
حادثات خطرناک  
نہیں ہوتے تاہم  
لا پرواہی برتنے کی  
صورت میں یہ  
حادثے شدید بھی  
ثابت ہو سکتے ہیں۔

ان حادثات نے بچے سب سے زیادہ متاثر  
ہو سکتے ہیں۔

درختی کا بھی ضرور خیال رکھیں۔ بجلی کے تمام تار اور  
پلنگ پانی سے دور رکھیں، گیلیں ہاتھوں سے بجلی کی اشیاء  
کو ہرگز ہاتھ نہ لگائیں، دائرنگ کا نظام معیاری ہو تو  
گھریلو حادثات کا خطرہ ختم ہو سکتا ہے۔

ایک سروے کے مطابق گھریلو حادثات کی بڑی  
وجہ بجلی سے آگ لگنا ہے۔ کرنٹ لگنے سے بھی شدید  
زخمی ہونے حتیٰ کہ موت کا خطرہ  
رہتا ہے۔



گھر میں تمام اقسام کی برقی تاروں کی کادر کردگی  
پر بھی نظر رکھنا ضروری ہے تاکہ بے دھیانی میں کسی  
گنی کوئی فلتی کسی جان لیوا حادثے کا سبب  
نہ بن جائے۔

### کیمیائی محلولوں کے استعمال میں احتیاط

کیمیائی اشیاء اور ادویات کے استعمال کے بارے  
میں ہدایات ذہن نشین کرنا بہت ضروری ہے۔ اکثر  
گھروں میں غیر ضروری ادویات بھی طویل مدت تک  
رکھی رہتی ہیں، دواؤں پر ان کے کارآمد ہونے کی  
تاریخ درج ہوتی ہے۔ کوشش یہی ہونی چاہیے کہ

اگرچہ معمولی نوعیت کے گھریلو حادثات انسان  
زندگی کا حصہ سمجھے جاتے ہیں لیکن اگر ان حادثات  
کے اسباب کا سنجیدگی سے جائزہ نہ لیا جائے تو یہ  
مستقبل میں کہیں زیادہ خطرناک بھی ثابت  
ہو سکتے ہیں۔ لا پرواہی اور جلد بازی جیسے عوامل حادثے  
کو جنم دیتے ہیں، اگر حاضر دماغی  
سے کام لیتے ہوئے چھوٹی بڑی

فحلتوں پر قابو پایا جائے تو خطرناک حادثات سے  
محفوظ رہا جاسکتا ہے۔

آئیے چند وجوہات کا جائزہ لیتے ہیں جو گھریلو  
حادثات کا سبب بن سکتی ہیں اور یہ بھی دیکھتے ہیں کہ  
ان کی روک تھام کے لیے کیا تدابیر کارگر ثابت  
ہو سکتی ہیں۔

### برقی اشیاء کی درستگی

برقی اشیاء کا درست استعمال نہایت ضروری ہے،  
بصورت دیگر یہ اشیاء کسی بڑے حادثے کا سبب ضرور  
بن سکتی ہیں۔ برقی تاریں معمولی خرابی ظاہر ہونے پر  
فوری تبدیل کروا دینی چاہئیں، جب پنکھوں کی



بڑے حادثے کا سبب بن سکتی ہے۔ مکن سے نکلنے  
وقت تیس کے، اہو خاص طور پر چیک کریں۔ چولہا  
جلائے سے قبل ہی مکمل اطمینان کر لیتا ضروری ہے  
کہ کہیں تیس تو نہیں پھیلی ہوئی۔ کھانے پینے کی اشیاء  
اور ایسی نوعیت کی غیر متعلقہ اشیاء بھی مکن میں رکھنے  
سے پرہیز کریں۔ شیشے کے برتن دھوتے وقت  
خصوصی احتیاط سے کام لیں، اگر شیشے کی کوئی چیز  
نوٹ جائے تو صفائی کرنے کے بجائے تمام کچریاں  
سمٹیں تاکہ کسی نقصان کا احتمال نہ رہے، مکن میں  
روشنی کا انتظام بہتر ہونا چاہیے اور کھانا پکاتے وقت جلد  
بازنی سے کام نہ لیں۔

### گھر کی صفائی سے قبل اہم اقدامات

گھر کی صفائی کے لیے، بہت ٹیوب لائٹ بدلتے  
وقت اور اونچائی پر چیزیں رکھنے کے لیے خاص طور پر  
احتیاط کرنا ضروری ہے جسے عموماً نظر انداز کر دیا جاتا  
ہے۔ ایسی سیزھی، اسٹول یا کرسی استعمال میں لائیں  
جو مضبوط ہو اور وزن سہار سکے، چھت، دیواروں کی  
صفائی کے لیے عموماً ایسا فرنیچر کام میں لایا جاتا ہے جو  
بوسیدہ ہو چکا ہو اور یہ غیر محفوظ سہارے  
بعض اوقات معذرتی کا سبب بھی بن جاتے ہیں۔  
صفائی کی شروعات سے پہلے کمرے میں شیشے کی اشیاء  
نوکیلی چیزیں بھی کہیں اور رکھ دیں۔ گرنے کی  
صورت میں اکثر یہی اشیاء شدید چوٹ کا سبب بن جاتی  
ہیں۔ حفاظت کے تمام پہلوؤں پر غور کرنے کے بعد  
صفائی کی ابتداء کریں بظاہر معمولی دکھائی دینے والی یہ  
احتیاطی تدابیر ہمیں کسی بھی ممکنہ حادثے سے محفوظ  
رکھ سکتی ہیں۔

غیر ضروری ادویات گھر میں جمع نہ ہونے دیں، ہر قسم  
کی گولیاں، سیال محلول کے لیے ایک مخصوص خلیہ  
جگہ منتخب کریں، جنہیں استعمال سے قبل یقین کر لیں  
کہ یہ قابل استعمال ہیں۔ اکثر دواؤں گھر میں کسی بھی  
جگہ رکھ دی جاتی ہیں، جہاں موکی اثرات سے دو قبل  
از وقت آلود بھی ہو سکتی ہیں۔ صفائی کے لیے استعمال  
کیے جانے والے ڈیٹرجنٹ کے لیے بھی خاص جگہ  
منتخب کریں، انہیں کھانا چھوڑیں۔

### غیر ضروری اشیاء کا انتہائی حادثے کا سبب

گھر میں عموماً بچے اور بڑے بھی اپنی اشیاء اور  
اور پھیلا دیتے ہیں۔ بکھرے ہوئے گھر میں حادثات  
کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔ خالی بوتلیں، برتن  
و فیرو کے لیے الگ جگہیں مخصوص کریں۔ بعض  
گھروں میں سیزھیوں پر کاغذ کباز پھیلا نظر آتا ہے  
جن سے ٹھوکر کھا کر سخت چوٹ بھی لگ سکتی ہے۔  
گھر میں جس حد تک صفائی ہوگی، حادثے کے  
امکانات بھی اتنے ہی کم ہوں گے۔

فرش، ٹائل دھوتے وقت بھی یہی و شش ہونی  
چاہیے کہ فرش جلد خشک ہو جائے۔ گیلے فرش پر  
پھسلنے سے معرا افراد اور بچے شدید زخمی ہو سکتے ہیں۔  
ایسے واقعات بھی رونما ہوتے ہیں کہ محض گیلے فرش  
سے ہڈی ٹوٹ گئی۔ تیل جیسے پکنے سیال مادے گرہنے  
کی صورت میں بھی فرش پر بہت صاف کر لیں۔

### تیز دھار آلات سے حفاظت

مکن گھر کا وہ حصہ کہا جاسکتا ہے، جہاں سب سے  
زیادہ حادثات رونما ہوتے ہیں، چاقو، تیز دھار  
کے آلات کے استعمال میں معمولی لاپرواہی بھی





بچوں کی حفاظت

کے لیے اہم اصول

عموماً معمولی دکھائی دینے والے اسباب بڑے حادثے کا سبب بن جاتے ہیں۔ گھر کے برصے و خصوصاً بچوں کی حفاظت کے لیے محفوظ بنانا بہت ضروری ہے، روزمرہ امور کی انجام دہی میں بھی غفلت پرستے سے حادثات پیش آسکتے ہیں مثلاً۔

☞.... گرم بھرنی ہوئی پانی کی بالٹی کے پاس بچوں و تہانہ چھو نہیں، اسی طرح بھرے پانی کے ٹب، چلی ہوئی واشنگ مشین اور کپڑے دھونے کی مشین بھی بچوں کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتی ہیں۔

☞.... گھر میں چھوٹے بچوں کی موجودگی کی صورت میں آرائشی شیدہ کا استعمال دیکھ بھل کر کریں، انہیں اونچائی پر سجا لیں۔ کھل کود کے دوران بچے یہ شیدہ خود پر گرا کر زخمی بھی ہو سکتے ہیں۔

☞.... گرم استری، ہیئر، ڈون مسکی شیدہ کے استعمال میں احتیاط سے کام لیں۔

☞.... سیزموں، چھت اور بالکونی پر حفاظتی اقدامات کرنا نہ بھولیں، چھت پر مضبوط ریٹک ہوئی چاہیے۔ سیزمیں آرام نہ ہوں اور بالکونی بھی اس انداز سے ترتیب دیں کہ چھوٹے بچے کھل کود میں گرنے سے محفوظ رہیں۔

☞.... ہر قسم کی آتشیم کش شیدہ بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں۔

احتیاط، سمجھداری اور عملی حفاظتی اقدامات کے ذریعے حادثات سے محفوظ رہا جاسکتا ہے جو بعض اوقات جان لیوا بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔



نو آموں لکھنے والے مترشح ہوں

اگر آپ و مضمون نگاری یا بانی قلمی کا شوق ہے



اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی و انجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے.... یہ خیال رہے کہ موضوع اور

تحریر حق حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ معی زلو تحریروں کے علاوہ تراجم بھی اور سال کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مبدع کی فوٹو اسٹیت کاپی منسلک کرتا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں تاکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں سونہر دلیس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات و تحریر کی زبان دیجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پنک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین

روحانی و انجسٹ،

D.1/7-11 اٹم آباد۔ کراچی



جرئی بوٹیوں  
سے دور کریں

# ڈپریشن

ہم خوش ہوتے ہیں تو ہمیں  
ساری دنیا خوش نظر آتی ہے۔  
لیکن جب دل اداس ہوتا ہے تو زندہ  
اداس نظر آتا ہے۔ بقول شاعر

دل تو میرا اداس ہے ناصر  
شہر کیوں ساکھیں سائیں کرتا ہے  
ہماری خوشی اور اداسی کبھی کبھی  
معمولی سی بات کا نتیجہ ہوتی ہے۔ کبھی  
ہم خود نہیں جانتے کہ اس کا سبب کیا  
ہے اور کبھی ہماری کامیابی یا ناکامی کسی  
سرسرت انگیز یا بیشمار واقعہ کا زرد  
عمل ہوتی ہے۔

لیکن ماہرین گفتگو ہیں کہ

ڈپریشن کسی مخصوص طبقے یا غربت اور افلاس

میں مبتلا افراد کی بیماری نہیں ہے۔ اس مرض میں کوئی

بھی شخص مبتلا ہو سکتا ہے۔ خواہ وہ

دولت مند ہو، فخر مند ہو،

سیاستدان یا عام فرد ہو۔ کوئی بھی مختلف محاسن کی زد

میں آکر ڈپریشن زد ہو سکتا

ہے۔ ڈپریشن میں اکثر افراد کے ارد

گرد کے لوتوں و اس کی خبر بھی نہیں

ہوتی۔ ڈپریشن میں مبتلا کچھ افراد اپنی

کیفیات سے چھینچا چھڑانے کے لیے

نشہ آور اشیاء کے استعمال پر مائل

ہو جاتے ہیں۔ ڈپریشن میں مبتلا اکثر

افراد مایوسی، خوف، ناامیدی اور

افسردگی کی وجہ سے گوشہ نشین

ہو جاتے ہیں۔

کوئی سو روٹی یا ذہنی مرض نہیں۔ کچھ دراشتی  
خامیوں کی موجودگی میں حالات کا دباؤ اس کا  
سبب ضرور بن سکتا ہے۔ تاہم ڈپریشن ایک  
رد عمل اور ایک کیفیت ہے۔

ڈپریشن کے منفی اثرات خود ہم پر  
بلکہ پورے خاندان پر مرتب ہوتے  
ہیں۔ اس کی وجہ سے گھریلو  
ازدواجی، سماجی اور کاروباری  
زندگی سخت متاثر ہو سکتی ہے۔  
ڈپریشن نے بڑا برا گھرانوں کے ساتھ

چھین ڈبو رہا دیکھا ہے۔ ہزاروں افراد کی ہستی

حقیقی زندگی و کھن کی خراب چات لیا ہے۔ اس نے ان

کثرت لوتوں کی زندگی میں زہر

گھول دیا ہے۔ لیکن اگر ہم چاہیں تو

زندگی کو اس نذاب سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ اس

محمد ذہین خنیف





رک جاتی ہے۔

### ایشیائی جن سنگ (Asian Ginseng)

یہ بوٹی جسم کو سکون پہنچاتی ہے۔ ذہنی دباؤ دور کرنے میں مدد دیتی ہے۔ جب آپ زیادہ کام کر کے ٹکان میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو جن سنگ آپ کی ٹکان دور کر دیتی ہے۔ خواتین کے لیے مفید ہے اور سن یاس کے دور میں انہیں جن معائب کا سامنا ہوتا ہے، جن سنگ ان کا سدباب کرتی ہے۔

### بابونہ (Chamomile)

یہ بوٹی بے خوابی دور کرتی اور گہری نیند لاتی ہے۔ مگر دندے کی پتیاں (Dandelion Leaves) یہ پتیاں دنا من سے سالامال ہوتی ہیں۔ ان میں فولاد بھی ہوتا ہے۔ یہ ان خواتین کے لیے بے حد مفید ہیں جن کو دودھ کم آتا ہے۔ سونف اور میتھی میں بھی یہ خصوصیت پائی جاتی ہیں۔

### مسدا بہار پودینہ (Lemon Balm)

پودینے کو خوش و خرم رکھنے والی جڑی بوٹی بھی کہا جاتا ہے۔ یہ اعصاب کو سکون بخشتی ہے اور پڑھ و لکھ کے بعد اس کے آپ کو ہشاش بشاش رکھتی ہے۔

### وانی ٹیکسن (Vitex)

سن یاس میں اس بوٹی کا استعمال مفید ہے۔ اجمود کھانسیے تندرستی پانیے اجمود (Celery) شلجم کے پودے کی طرح کا پودا ہے، جو ترکاری کے طور پر استعمال ہوتا ہے، اس کے ہرے رنگ کے آپس میں جڑے ہوئے ذائقہ کے پکا کر کھائے جاتے ہیں اور کبھی کبھی یہ مسالے کے طور پر بھی استعمال ہوتا ہے۔ اجمود دنا من سی

شکریہ

کے لیے ضروری ہے کہ ذپریشن کی کیفیات کو چھپایا نہ جائے۔ جب آپ کا دلی داس ہو، اندیشے خوفزدہ کرنے لگیں یا معمول کی سرگرمیاں بوجھ محسوس ہوں تو کسی دوست یا عزیز سے شیئر کر لیتا مناسب ہے۔ باتیں کرنا، مشورے لے لیتا اور کسی صحت مند سرگرمی میں محو ہو جاتا ہی اس کا محفوظ ترین علاج ہے۔

### ذپریشن کب ہوتا ہے؟

جب دماغ کے ایسے حصے جو جذبات و احساسات کو کنٹرول کرنے میں معمول سے کم فعال ہو جائیں، یا ان میں کیمیائی مادوں کا عدم توازن کا ہو جانا بھی مسئلے کی اصل جڑ ہے۔

ذپریشن کا سبب ماضی کے تلخ اور ناگوار واقعات ہیں۔ جس کے باعث کیمیائی رد عمل ہوتا ہے اور توازن کو تبدیل کر دیتا ہے۔ قند ذپریشن جنم لیتا ہے جو اپنے ساتھ بہت سی خرابیاں لاتا ہے اس میں سب سے اہم طرز زندگی اور معمولات کی تبدیلیاں ہیں۔

ذپریشن سے نجات کے لیے کئی جڑی بوٹیوں کا استعمال بھی بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ عموماً ذپریشن کا علاج دواؤں اور کئی طریقوں سے کیا جاتا ہے مگر ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ ذپریشن کے علاج میں جڑی بوٹیاں مفید ہوتی ہیں۔ یہ بوٹیاں توانائی بخش بھی ہوتی ہیں جو جسمانی کمزوری دور کرتی ہیں۔ انہیں استعمال کرنا سیدھا اور وقت طلب بھی نہیں ہے۔

### اندک

اور ک سوزش اور درد دور کرنے والی بوٹی، اسے درد میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اسے ابال کر پینے سے غشی دور ہو جاتی ہے اور متلی یا قے بھی



کے حصول کا بہت اچھا ذریعہ ہے جو جسم کے مدافعتی نظام کے لیے اہم ہوتی ہے۔

اجود میں ایسے فعال مرکبات ہوتے ہیں جو ڈپریشن پیدا کرنے والے ہارمونز میں کمی کرتے ہیں۔  
اجود کمیشیم، پوٹاشیم اور میگنیزیم کے حصول کا اچھا ذریعہ ہے اور بلڈ پریشر میں کمی کرتا ہے۔  
اجود میں ایسے مرکبات بھی پائے جاتے ہیں جو فری ریڈیکلز کو خلیوں کے نقصان پہنچانے سے باز رکھتے ہیں اور اس طرح خلیوں کے سرطان پیدا کرنے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ مذکورہ بالا مرکبات خون کے بعض سفید خلیوں کی فعالیت میں اضافہ بھی کرتے ہیں۔ یہ سفید خلیے جسم کے مدافعتی عمل کے محافظ ہوتے ہیں۔

### پانچ مفید اور

### صحت بخش غذائیں

کدو کے بیج: کدو سے نکلنے والے بیج خشک کر لیں۔ ان بیجوں میں غیر سیر شدہ چکنائی کثیر مقدار میں ہوتی ہے۔ جو خون میں موجود کو لیسنرول کو کم کرنے میں مدد دیتی ہے۔ ان بیجوں میں جست، کمیشیم، وٹامن بی، ریشہ اور مانع تکمید اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ سلاہ کھاتے وقت ان بیجوں کو سلاہ پر ڈال دیجیے یا فراکی چین میں بھون کر سوپ میں چھڑک لیں۔

تل: تلوں میں لحمیات، ریشہ، کمیشیم، میگنیزیم، وٹامن، پوٹاشیم اور جست ہوتا ہے اور مانع تکمید اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ تلوں کو تیز کر اس کا پیسٹ بنا لیں اور تواس پر لگا کر شہد ملا کر کھائیں۔

آلو بخارا: آلو بخارے میں ریشہ بہت ہوتا ہے۔ جست فولاد، پوٹاشیم اور مانع تکمید اجزاء بھی اچھی

خاصی مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس میں دوسرے خشک میوہ کی نسبت حرارے بہت کم ہوتے ہیں۔ صبح جب آپ دلیا کھائیں تو اس پر آلو بخارے کی چٹنی شہد اور دہر چٹنی چھڑک لیں۔ نہایت صحت بخش ہے۔

چھو: جو ایسا ریشہ ہے جو آسانی سے جذب ہو جاتا ہے۔ یہ کو لیسنرول کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اسے سوپ کے ساتھ کھایا جاسکتا ہے۔ ناشتے میں جو کو پھلوں اور میوہ کے ساتھ ملا کر کھایا جاتا ہے۔ یہ ایک طاقت بخش ناشتہ ہے۔

ہلدی: ہلدی کو چیس کر کھانوں میں ڈالا جاتا ہے۔ اس میں مانع تکمید اجزاء ہوتے ہیں۔ یہ فوائد میں اسٹریس، ریس، جھری اور دوسری چیز کے برابر ہے۔ اسے چاولوں میں ملا کر کھایا جاسکتا ہے۔ ایک پیالہ چاولوں میں چائے کا آدھا چمچ ہلدی ڈالی جاسکتی ہے۔ شورباتا تیار کرتے وقت بھی ہلدی کو اس میں ڈالا جاسکتا ہے۔



رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”کوئی بھی مسلمان جو ایک درخت کا پودا لگائے یا کھیت میں بیج بوائے، پھر اس میں سے پرند یا انسان یا جانور جو بھی کھاتے ہیں وہ اس کی طرف سے صدقہ ہے۔“ (بخاری: مسلم)



# مچھلی کا استعمال اور لمبی عمر

رہتی ہے۔ جاپانیوں کی غذا کا ایک بڑا حصہ سمندر سے آتا ہے، یعنی سی فوڈ۔ جس میں مچھلی کا نمبر سب سے پہلے آتا ہے۔ آئیے....!

عمر بڑھانے میں اومیگا تھری فیٹی ایسڈ کی اہمیت  
چکنائی دہلی اہریکا تھری فیٹی ایسڈ سے بھرپور مچھلی کے استعمال سے عمر طویل ہو سکتی ہے اور امراض قلب کی وجہ سے اموات کے خدشات ایک تہائی سے بھی زیادہ کم ہو سکتے ہیں۔

سائنسدانوں نے دریافت کیا ہے کہ جن لوگوں کے خون میں بڑی مقدار میں فیٹی ایسڈ موجود ہوتا ہے، ان کی عمر دیگر عام لوگوں کے مقابلے میں تقریباً 7 سال زیادہ ہوتی ہے۔ اگرچہ مچھلی کو ہمیشہ ہی صحت مند غذا تصور کیا جاتا رہا ہے۔ لیکن خون میں اومیگا تھری کی سطح اور خفیف العمری میں اموات کے تجربے سے بھی یہ بات ثابت ہوئی ہے۔

ڈپریشن سے نجات اور  
یکسوئی کے حصول کے لیے  
مچھلی کا استعمال  
تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ اومیگا

جاپانی دنیا میں وہ قوم ہے، جن میں سو سال یا اس سے زیادہ عمر ہونا عام سی بات سمجھی جاتی ہے۔ آخر اس کی وجہ کیا ہے....؟

ان کے جینز میں لمبی عمر کا راز پنپا ہوا ہے یا کچھ اور معاملہ ہے....؟  
جب تحقیق ہوئی تو معلوم ہوا کہ جاپانیوں کی لمبی عمروں کا تعلق ہے بڑا اور راست اس خوراک سے جو وہ استعمال کرتے ہیں۔

جاپان میں لوگوں کی طویل عمر کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ وہ اپنی خوراک کے بارے میں بہت حساس ہوتے ہیں۔ دنیا کی دیگر قوموں کے

مقابلے میں زیادہ بہتر طور پر جانتے ہیں کہ کون سی غذا کب اور کتنی اہم ہے....؟

جاپانیوں میں اکثریت مٹے میں ایک مرتبہ مچھلی کا استعمال کرتی ہے۔ دلیس بھی ان کی خوراک کا اہم حصہ ہوتی ہیں۔ اسی طرح سویا اور سبزیاں جاپانی شوق سے کھاتے ہیں۔ جاپان میں گویا (Goya) کئی سالوں سے زیادہ کھائی جاتی ہے، حالانکہ اس کا ذائقہ نسبتاً تلخ ہوتا ہے، تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ اس کے استعمال سے خون میں شوگر کی مقدار کنٹرول میں





قہری سے ذہنی یکسوئی حاصل ہوتی ہے اور کسی چیز کو یاد کرنے اور الفاظ کے ذخیرے میں اضافہ کرنے میں مدد ملتی ہے۔ جن ملکوں میں زیادہ مچھلی کھائی جاتی ہے، وہاں ذہنی پریشانی کی شرح میں بھی کمی پائی گئی ہے۔ مچھلیوں کی مختلف اقسام کو بدل بدل کر استعمال کرنا چاہیے تاکہ ان سے حاصل ہونے والے اجزاء کا بھرپور فائدہ اٹھایا جاسکے۔

**دوران حمل مچھلی کے فوائد**  
ایسی خواتین جو دوران حمل مچھلی کھائیں یا فش آئل استعمال کریں، ان کے بچوں کی دماغی نشوونما بہتر ہوتی ہے اور بہت سے مسائل اور امراض سے نمٹنے کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔

**مچھلی اور ذیابیطس کے مریض**  
ذیابیطس کے مریضوں میں خون کی چھوٹی اور بڑی نالیوں میں خرابی سے کئی جھجکے پیدا ہوتے ہیں، جن میں آنکھوں اور گردوں کی بیماری کے ساتھ ساتھ دل کے دورے اور فالج وغیرہ جیسی بیماریاں بھی شامل ہیں۔ ذیابیطس کے مریضوں میں اچھے کوئیسرول یا ایچ ڈی ایل کا لیول کم ہو جاتا ہے اور ٹرائی گلیسرائیڈ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ ذیابیطس کی دوسری قسم کے مریضوں میں ہائی بلڈ پریشر اور جوڑوں کی بیماری بھی عام ہے۔ ان لیے ان بیماریوں میں تین سے چار گرام فش آئل روزانہ استعمال کرنے سے خون میں ٹرائی گلیسرائیڈ کی مقدار تقریباً پچاس فیصد تک کم ہو جاتی ہے۔ فش آئل کے استعمال سے دل کی بیماری سے محفوظ رہنے کے علاوہ بلڈ پریشر کم کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ بچے میں کم از کم دو تین مرتبہ مچھلی کھانی چاہیے۔ ایک ریسرچ کے

مطابق فش آئل کے استعمال سے ذیابیطس کے مریضوں میں سوزش والے کیمیکل کم ہو جاتے ہیں اور اچھے کوئیسرول میں اضافہ ہوتا ہے۔

### مچھلی کا استعمال

#### اور دل کا دورہ

بچے میں دو تین مرتبہ مچھلی کھانے والے افراد میں دل کے دورے کا امکان ان لوگوں کے مقابلے میں کم ہوتا ہے، جو بچے صرف ایک مرتبہ یا بالکل ہی مچھلی نہیں کھاتے۔ یہ نتیجہ طویل تجزیاتی مطالعات کے نتیجے میں سامنے آیا۔ ان طبی مطالعات میں سے ہر ایک میں عام لوگوں سے یہ پوچھا گیا تھا کہ وہ ہر ہفتے یا ہر مہینے میں بالعموم کتنی مرتبہ مچھلی کھاتے ہیں۔

اس تجزیاتی جائزے کے لیے جن تحقیقی منصوبوں کے نتائج کو پرکھا گیا اور ان کا موازنہ کیا گیا، وہ امریکہ کے علاوہ مختلف یورپی ملکوں، جاپان اور چین میں کھانے کیے گئے تھے۔ ان میڈیکل ریسرچ منصوبوں کے تحت ماہرین نے تیس برس کی عمر سے لے کر ایک سو تین برس بعد تک کی عمر کے چار لاکھ سے زائد انسانوں کا مسلسل مشاہدہ کیا تھا اور نتائج کے مطابق ایسے افراد میں، جو قدرے زیادہ مچھلی کھاتے تھے مچھلی نہ کھانے والوں یا بہت کم مچھلی کھانے والوں کے مقابلے میں دل کے دورے کا امکان بارہ فیصد کم تھا۔

کیونکہ مچھلی کسی بھی انسان کی خوراک میں غذائیت سے بھرپور عناصر یعنی امیرا قہری پیدا کرنے کی وجہ بنتی ہے، اس لیے وجہ ہے کہ زیادہ مچھلی کھانے والوں میں دل کے دورے کا امکان کم ہو جاتا ہے۔



کا سبب غذائی بے اعتدالی یا غذا کے نقصان ہوتے ہیں۔ دل کے امراض کی طرح سرطان کا سبب سے اہم سبب معمر چکنائیاں ہی ہوتی ہیں۔

امریکہ میں واقع ایک ادارے نیشنل کینسر انسٹی ٹیوٹ کی تحقیق کے مطابق چربی کا زائد استعمال کرنے والے بیشتر افراد سینے، قولون، مثانے کے غدود، رحم، بیضہ والی اور لیلے کے سرطان میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اس ادارے کی رپورٹ کے مطابق ہے امریکہ میں ہر سال سینے کے امراض میں مبتلا افراد کی اموات میں پچیس فیصد کی توقع ہو سکتی ہے اگر دو روزہ زمرہ کی غذا سے حاصل ہونے والے پچیس سے تیس فیصد حرارے، غنی اجزاء سے حاصل کریں۔ اسی طرح بڑی آنت (قولون) کے سرطان سے بچاؤ غذا میں ریشے کا استعمال بڑھا دینے سے ممکن ہے۔

### چنبیل

چنبیل بھی ایک ایسا تکلیف دہ مرض ہے جو بڑی مشکل سے رفع ہوتا ہے لیکن جب دو ماہ تک ایک درجن مریضوں کو چنبیلی کا تیل استعمال کرایا گیا تو ان کی تکلیف میں نمایاں کمی واقع ہوئی۔ خاص طور پر دھاؤں کے استعمال کے ساتھ چنبیلی کا تیل استعمال کرانے کے زیادہ بہتر نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ چنبیلی میں ایسے بہت سے اجزاء موجود ہیں جو صرف چنبیلی کے استعمال سے ہی جسم کو مہیا ہوتے ہیں، لیکن اگر کوئی دوسری سمندرزی غذا استعمال کر لی جائے تو بھی کوئی مضائقہ نہیں۔ البتہ جھینگے کا استعمال زیادہ نہیں کرنا چاہیے کیونکہ جھینگوں میں کولیسٹرول کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔



### مچھلی کے جگر کے تیل

### (Cod Liver Oil) کے فوائد

مچھلی کے جگر کا تیل جو کاڈ لیور آئل (Cod Liver Oil) کہلاتا ہے، گھٹیا کے لیے مفید ہے۔ اس سے شریانیں بھی صاف اور کھلی رہتی ہیں، جس کے نتیجے میں دل صحت مند رہتا ہے۔ مچھلی کا تیل جوڑوں کے درد کی بھی دوا ہے۔ ایک چائے کا چمچ صبح یا رات کو استعمال کرنے سے جوڑوں کے درد میں فائدہ مند ہوتا ہے، مگر استعمال سے پہلے ڈاکٹر سے مشورہ ضروری ہے۔ مچھلی کا تیل خون کی شریانوں کی دیواروں کو رکاوٹوں سے بچاتا ہے، کیونکہ ان ہی مقامات پر کولیسٹرول جمتا ہے اور دوران خون کی راہ روکنے لگتا ہے۔

طبی تحقیق و مطالعوں سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ مچھلی میں موجود مختلف قسم کی چکنائیوں کے استعمال سے جسم کا مدافعتی نظام مستحکم تر رہتا ہے۔ مچھلیوں کی چکنائی کو عرف عام میں اومیکا تھری کہا جاتا ہے۔ اس نوعیت کے لیڈن ایسڈز ٹھنڈے سمندروں کی مچھلیوں میں بہ کثرت پائے جاتے ہیں لیکن اس کا یہ مطلب قطعی نہیں ہے کہ ہمارے سمندر کی چکنی مچھلیاں مفید نہیں ہیں۔ ان کا استعمال کرنے والے بھی صحت مند رہتے ہیں۔

### کینسر سے بچاؤ

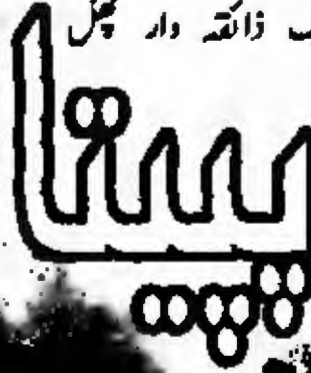
ساری دنیا میں امراض قلب کو سب سے بڑا قاتل قرار دیا جاتا ہے۔ اس کے بعد سب سے زیادہ ہلاکتیں سرطان کی وجہ سے واقع ہو رہی ہیں۔ یہ حقیقت تسلیم شدہ ہے کہ اس مہلک مرض یعنی کینسر سے واقع ہونے والی ہفتیتیس سے چالیس فیصد اموات



غذائی اجزاء معدنیات اور وٹامنز بڑی مقدار میں ہوتے ہیں۔ پیستے میں بی کینٹیکس وٹامنز جیسے فولک ایسڈ، پانڈوکسن، ریبولیون اور تھیامین بھی پائے

قدرت نے انسان کے لیے پھلوں و سبزیوں کی شکل میں منفرد خوش ذائقہ غذائیں عطا کی ہیں۔ ہر پھل و سبزی کا اپنا منفرد ذائقہ ہوتا ہے۔ انہی پھلوں و سبزیوں میں ایک ذائقہ دار پھل پیتا بھی ہے۔

## غذائی و طبی خصوصیات کا حامل پھل



جاتے ہیں جو غذائی تحلیل کے عمل کی فعالیت کے لیے ضروری ہیں۔ پیستے کے گودے میں ہی صرف غذائی اجزاء نہیں پائے جاتے ہیں بلکہ اس کے سچ اور چھلکوں میں بھی غذائیت کا خزانہ ہوتا ہے۔ اس کے بیجوں اور چھلکوں میں قدرتی فیول سمیت فائٹو کیمیکلز ہوتے ہیں۔ اسی طرح پیستے میں ایک اہم کیاؤنٹرفسٹون (Danielone) بھی ہوتا ہے جو پیستے کو فنگس سے محفوظ رکھتا ہے۔

محمد احسن عباسی

اپنے اندر بیشتر فوائد سموئے ہوئے ہے۔ اس میں وافر مقدار میں مائع تکیدی اجزاء، وٹامن بی، فولیٹ، - بیٹو، تھینک، ایڈ، معدنیات، کیلشیم، پوٹاشیم، لائکوپین، میگنیشیم اور فائبر موجود ہیں۔ اس میں موجود مائع تکیدی اجزاء میں تین اہم طاقتور مائع تکیدی جز وٹامن سی، اہی اور اے پائے جاتے ہیں۔ پیستے میں بہت کم کیلوریز ہوتی ہیں۔ 100 گرام پیستے میں صرف تیس کیلوریز ہوتی ہیں اور چکنائی بھی نہیں ہوتی جبکہ دیگر



Copied From Web



میں دو اہم خامرے پچائیں اور کیمو پچائیں بھی پائے جاتے ہیں۔ پیستے میں شامل ورنج بالا تمام اجزاء باہم مل کر جسم کو توانائی فراہم کرنے کے ساتھ پٹھوں کے نشوونما کی ترقی دور کر کے ان کے دوبارہ احیا میں مدد کرتے ہیں اور جسم کی بہترین نشوونما میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

قدرت لانے کئی بیماریوں سے شفا بھی رکھی ہے یہی وجہ ہے کہ زمانہ قدیم سے پیستے کے غذائی و طبی خواص کو مانا جاتا رہا ہے۔ حالیہ کئی سائنسی تحقیقات نے بھی اس کے فوائد پر مہر تصدیق کر دی ہے۔

زود بضم پھل .

پہچا زود بضم پھل ہے۔ اس کا ہوا نرم ہونے کی بنا پر آسانی بضم ہو جاتا ہے۔ کھانے کے بعد پیتا کھانے سے غذا اچھی طرح بضم ہوتی ہے اور معدے میں تیزابیت اور بد ہضمی بھی نہیں ہوتی اور قبض بھی دور ہوتی ہے۔

پروٹین بضم کرنیے میں معاون

پہچا دو اہم خامروں پچائیں اور کیمو پچائیں سے تیار ہوتا ہے۔ پروٹین معدے میں آسانی سے بضم نہیں ہوتے۔ یہ خامرے غذا کو بضم کرنے میں معاون فراہم کرنے کے ساتھ معدے میں پروٹین کو بھی اچھی طرح بضم کرتے ہیں۔

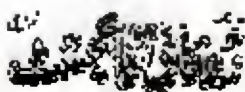
حالیہ تحقیق کے مطابق امینو ایسڈز، جسم میں مختلف کیمیائی عمل کے نتیجے میں بدنے والی تہذیبوں اور بیماریوں کو جیتی و جسانی صحت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ مزید جاننے کے ساتھ انسانی جسم میں باضم خامرے کم پٹے لگتے ہیں جس سے پروٹین کے بضم ہونے کی رفتار کم ہو جاتی ہے۔ نتیجہ کے طور پر

معدے میں غیر حل شدہ پروٹین بڑھ جاتے ہیں۔ آنتوں میں جراثیم کی افزائش ہوتی ہے اور امینو ایسڈز کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ امینو ایسڈز کی کمی سے جسم میں ہونے والی اہم کیمیائی تبدیلیاں وقوع پذیر ہونا رک جاتی ہیں۔

اس ضمن میں پیستے کا استعمال بے حد مفید ہے۔ پیستے میں موجود خامرے پھل کے پکنے کے عمل کے دوران اسے کیزا وغیرہ لگنے سے بھی محفوظ رکھتے ہیں۔

سرطان کے خلاف موثر ڈھال

کولون، جگر اور تمام جسانی اعضاء، گلیٹنڈز کے سرطان کے خلاف پیستے کا استعمال شفا بخش ہوتا ہے پیستے میں موجود فائبر، کینسر کی وجہ بننے والے زہریلے مادوں کو صحت مند خلیوں میں داخل ہونے سے روکتا ہے۔ پیستے میں شامل دیگر اجزاء فولیت، وٹامن سی، بیٹا کیروٹین اور وٹامن ای مل کر کولون کینسر کے خطرے کو معدوم کرتے ہیں۔ پیستے کا جوس کولون کا انفلکشن کم کرنے کے ساتھ جگر میں سرطان کے خلیوں کی افزائش بھی کمزور کرتا ہے۔ کینسر کی تھراپی کے بعد بھی پہچا کھانا نہایت فائدہ مند ہوتا ہے۔ اس کا خامرہ پچائیں، تھراپی کے منفی اثرات زائل کرنے میں مدد دیتا ہے۔ خصوصاً کیمو تھراپی یا تابکاری کے بعد غذا لگنے میں مشکل ہونا اور صحت میں تکلیف رہنا ذخائر کے مشورے کے مطابق پہچا کھانے سے یہ شکایت دور ہو جاتی ہیں۔ اس کے ساتھ پہچا قوت مدافعت میں اضافہ کر کے جسم کو سرطان کے خلاف مزاحمت کرنے کے لیے نئی رسد بھی فراہم کرتا ہے۔





جلد پر استعمال بھی حیرت انگیز نتائج دیتا ہے۔ جلد کے کئی زخموں و نشانات وغیرہ پر پیستے کا میٹش کیا ہوا گودسے کا لپ کر ناکاندہ مند ہے۔ جیسے جلد پر جلنے کا زخم، چاقو یا چھری سے لگ جانے والا کٹ یا گھاؤ، موذی جانور کے ڈنک یا کائے کے زخم وغیرہ پر فوری طور پر پیستے کا لپ کرنے سے انفیکشن نہیں پھیلتا اور زخم پر ٹھنڈک کا احساس ہوتا ہے، چرے پر پڑ جانے والی جھریوں اور داغ و صبوں پر بھی پیستے کا استعمال بہترین ہے۔

### پیٹ کے کیڑے

پیستے کے بیج پیٹ کے کیڑوں کو خارج کرنے لیے موثر ہوتے ہیں۔ بیجوں میں موجود کیر-لین نامی مادہ پیٹ اور انتڑیوں کے کیڑوں کا قلع قمع کرتا ہے یا انہیں خارج کر دیتا ہے۔

دن میں تین وقت کھانے سے پہلے دو بیج پیستے کے بیج شہد کے ساتھ اچھی طرح چبا کر کھائیں۔ پیستے کے بیجوں میں موجود انکلائڈ کاربہن بھی پیٹ کے کیڑوں کا قاتل ہے۔

### ذیگر فوائد

پیستے کے بے شمار فوائد ہیں اور مختلف تحقیقات کے ذریعے نئے فوائد بھی سامنے آ رہے ہیں۔ ایک جدید تحقیق کے مطابق گردے ناکارہ ہونے میں پیستے کے بیجوں کا نکالا ہوا رس کارگر ثابت ہو سکتا ہے۔ باقاعدگی سے پیستے کا بطور غذا استعمال جسم پر منہی اثرات دکھاتا ہے۔ یہ جسمانی قوت و مدافعت میں اضافہ کرتا ہے اور زلزلہ و زکام اور بخار جیسے مسائل سے جسم کی حفاظت کرتا ہے۔ متلی و سستی کی کیفیت اور اسہال میں بھی بیج کھانے سے مثبت نتائج

### نظام قلب کی مضبوطی

پیستے میں شامل غذائی اجزاء مشترکہ طور پر دل کی تمام شریانوں میں خون کی گردش بہتر بنا کر نظام قلب کی مضبوطی کا باعث بنتے ہیں۔ پیستے میں مانع تھکیدی جز کی بڑی مقدار موجود ہوتی ہے جو جسم میں کو لیسٹرول کو مناسب سطح پر رکھ کر فالج، ذیابیطس، دل کا دورہ و دیگر امراض قلب میں مبتلا ہونے کا خطرہ کم کرتی ہے۔

### ایٹنی بائیونک کے

### اثرات کا خاتمہ

ایٹنی بائیونک ادویہ ہمارے جسم پر اپنے منفی اثرات ضرور چھوڑ جاتی ہیں۔ یہ ادویہ آنتوں میں موجود جسم کے لیے مفید جراثیم بھی ختم کر دیتی ہیں۔ اس لیے ایٹنی بائیونک دوائیں کھانے کے دوران یا بعد میں پیستے کو کٹ کر یا اس کا جوس بنا کر پینا چاہیے۔ کھینا ان ادویہ کے منفی اثرات کو نہ صرف زائل کرتا ہے بلکہ آنتوں میں ناکاندہ مند جراثیم کی دوبارہ نمو بھی کرتا ہے۔

### معدہ و آنتوں کے لیے مفید

بیج بطور غذا کھانے سے معدے اور آنتوں پر مفید اثرات ہوتے ہیں۔ ایک حالیہ تحقیق کے مطابق ایک ہفتے تک تواتر کے ساتھ پیستے کا استعمال کرنے سے معدہ اور آنتیں مضبوط ہوتی ہیں۔ پیستے کا خامروہ پچان معدے کے سیال کی کمی، مسٹر سیال کی زیادتی، بد ہضمی اور آنتوں کی خراش دور کرتا ہے۔ پیستے کے بیجوں کا رس تیزابیت اور خونی بواسیر میں منہی بتایا جاتا ہے۔

### جلد پر استعمال

بیج جہاں بطور غذا صحت بخش ہے وہیں اس کا



برآمد ہوتے ہیں۔

چپائن گوشت اور دیگر پروٹین کو نرم کرتا ہے۔  
مارکیٹ میں اب گوشت گلانے کے لیے خاص طور پر  
کچا پیٹا پاؤڈر بھی دستیاب ہوتا ہے۔

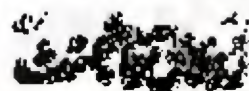
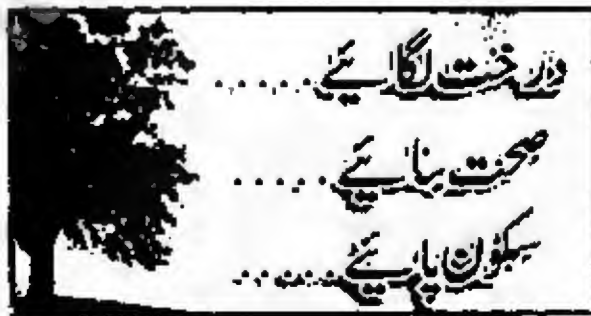
پہیتے سے الرجی

و دیگر نقصانات

کوئی بھی پھل ہو یا سبزی، اگر اس کا استعمال  
اعتدال میں رد کر نہ کیا جائے تو بعض اوقات وہ کسی  
الرجی یا جسمانی عارضے کا سبب بھی بن جاتا ہے۔ اس  
لیسے پیٹے کے استعمال میں بھی احتیاط ضروری ہے۔ کچا  
پیٹا اکثر خواتین اپنے بانوں میں بطور میز کینڈیشنر  
لگاتی ہیں۔

پیٹے میں سیال مادہ چپائن ہوتا ہے جو اگر زیادہ  
مقدار میں لگایا جائے تو جین اور سوزش پیدا کر کے  
کسی جلدی مسئلے کا باعث بھی بن سکتا ہے۔ اس لیے  
بہتر ہے کہ اس کا استعمال کم مقدار میں ہی کیا جائے۔  
یہ سیال مادہ چپائن رحم کے اعضا کو بھی سکڑتا ہے اس  
لیے دوران حمل کچے پیٹے کے استعمال سے اسقاط  
حمل کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

اسی طرح پیٹا زیادہ کھانے سے کیر و میسینیا  
(تکڑوں اور ہتھیلیوں کا زرد ہو جانا) کا مرض بھی  
الحق ہو سکتا ہے۔ یونکہ پیٹے میں جین کیر و مین پائا جاتا  
ہے جو کیر و میسینیا کی اہم وجہ ہے۔



پہیتے کے استعمالات

پیٹا کچا اور پکا ہوا دونوں حالتوں میں بطور خاص  
کھانے کے ساتھ مختلف پکوانوں، ادویہ سازی اور  
صنعتوں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ پکا ہوا پیٹا چھلکا  
اتار کر اور بیج نکال کر استعمال ہوتا ہے جبکہ کچا پیٹا  
زیادہ تر جین کر ہی استعمال میں لایا جاتا ہے۔ پیٹے کے  
بجوں اور جینوں کو بھی کئی ادویہ کی تیاری میں شامل کیا  
جاتا ہے۔ پیٹے کے تنے کی مدد سے رسی بھی بنائی  
جاتی ہے۔

مختلف ممالک میں

پہیتے کا استعمال

دنیا کے مختلف خطوں میں کچا پیٹا اور میٹھا پیٹا  
مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔  
تھائی لینڈ کے باشندے اپنے کھانوں میں ملاو اور  
کری میں کچا پیٹا پکا کر اور کچا استعمال کرتے ہیں۔  
انڈونیشیا میں کچا پیٹا اور اس کے پتے ابال کر  
بطور ملاو کھایا جاتا ہے۔

کچھ ملکوں میں پیٹے کے پتے پالک کی طرح پکا کر  
بھی طور غذا پسند کیے جاتے ہیں اور اس کے جینوں سے  
قبوہ بنا کر طیریا کے مریضوں کو پلایا جاتا ہے۔

پیٹے کے کالے بیج خوردنی ہوتے ہیں ان کا ذائقہ  
تیز مسالہ دار ہوتا ہے۔

ان کو جین کر سیاہ مرچوں کے متبادل کے طور پر  
بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

گوشت گلانے کے لیے

زمانہ قدیم سے کچے پیٹے کو گوشت گلانے کے  
لیے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ اس میں شامل خامرو



مرد گھر کے لیے سودا سلف لانے کی غرض سے بازار روانہ ہوتے ہیں، تو گھر کی خواتین یہ بات ضرور یاد دلاتی ہوں گی کہ ”پودینہ“

# پودینہ

ضرور لیتے آئیے گا۔“ آپ نے کبھی یہ غور کیا کہ یہ خوشبودار

پودا کتنی بہت سی صفات کا حامل ہے۔ عام طور پر لوگ پودینہ کا مصروف صرف یہ سمجھتے ہیں کہ یہ

کھانوں کو خوش ذائقہ اور خوشبودار بنانے والی شے ہے۔ ہمارے ہاں پودینے کی چٹنی

بھی ذوق و شوق سے استعمال کی جاتی ہے پودینہ سینے میں بھی ایک خاصیت نہیں پائی جاتی بلکہ قدرت نے پودینہ کو حیرت انگیز خصوصیات سے مالا مال کر رکھا ہے۔

یہ بات بھی کم ہی نوگوں کے علم میں ہوگی کہ پودینہ کی بہت سی اقسام ہیں اور ان کی صفات بھی مختلف ہیں۔ اس کی چند اقسام خود یہ ہیں اور پتھر لی نم جگہوں پر خصوصاً آبشاروں کے کناروں پر آتی ہیں۔

پودینہ کی کئی اقسام کی باقاعدہ کاشت کی جاتی ہے۔ عام طور پر استعمال ہونے والا پودینہ بڑے پیمانے پر کاشت کیا جاتا ہے، اس لیے اس کا نام ”پودینہ ہستانی“، ”کارڈن منٹ“ پڑ گیا ہے۔

یہ پودینہ یں صغیر پاک و ہند، جزائر عرب، یورپ اور امریکا میں کثرت سے پیدا ہوتا ہے

اور شوق سے استعمال کیا جاتا ہے۔

حکماء کی رائے میں پودینہ کا مزاج گرم اور خشک ہے۔ پودینہ خاص طور پر نظام ہاضمہ سے متعلق

امراض میں مفید ہے۔ غذا کو آسانی کے ساتھ ہضم کر دیتا ہے اور

ریاح کے اخراج میں مدد کرتا ہے، چنانچہ بھوک نہ

لگنے، پیٹ پھولنے، گھسی ذکاریں آنے اور متلی وقت کے مریضوں

کے لیے فائدہ مند ہے۔ اس میں ایک روغن موجود ہوتا ہے جو ہیضہ

کے جراثیم پر اثر انداز ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جن دنوں ہیضہ کی وبا پھیلی ہوئی ہو، پودینہ

## متعدد امراض سے نجات دلا سکتا ہے۔۔۔

استعمال کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

پودینہ کی ایک بڑی خوبی، زرد حیت (الرجی) کے خلاف اس کا موثر ہونا ہے۔ خصوصاً، الرجی کی ایک شدید قسم

شرنی (ہتی، چھلنا یا چھپاکی) میں پودینہ کے پتوں کی چائے بنا کر پلائی جاتی ہے جو جلد کی جلن اور خارش کو

رفع کر دیتی ہے۔ اس غرض سے پودینہ کے دس گرام تازہ پتوں کا رس،

طوبی دانش



مارچ 2015ء

Copied From Web



کر سکتی ہیں۔

پودینہ کی ایک منفرد خاصیت یہ ہے کہ یہ خون میں موجود فاسد مادوں کو پیٹے کے ذریعے جسم سے خارج کر دیتا ہے، اسی لیے یرقان کی شکایت میں پودینہ کو خاص طور پر استعمال کر دایا جاتا ہے۔ بلغم کو پٹکا کرنے کی صلاحیت بھی پودینہ میں ہے اس لیے بلغمی خشک کھانسی میں



بھی مریض کو اس کی چائے پلائی جاتی ہے۔

پودینہ کو اچھی طرح پانی سے دھو کر اس کے پتے الگ کر لیے جائیں اور انہیں سائے میں خشک کرنے کے بعد، ہاتھوں سے مسل کر چورا کر لیا جائے۔ جب بھی کھانا کھائیں، اس سفوف کو سالن پر چھڑک لیں۔ معدے کی جھنجھ (جو بھوک کے وقت یا کھانے کے بعد پیدا ہو جاتی ہے) پٹنے کے پھولنے، بد ہضمی اور معدے کے ابتدائی زخموں کی صورت میں یہ مفید ہے۔

پودینہ کی آمیزش سے کئی دوائیں بھی بنائی جاتی ہیں۔ ان میں جوارش پودینہ، جوارش انارین، عرق پودینہ اور قرص پودینہ قابل ذکر ہیں جو نظام ہاضمہ سے متعلق بہت سے امراض میں استعمال کروائی جاتی ہیں۔ خاص طور پر متلی، الٹی، اسہال، بد ہضمی، سینے کی جھنجھ، بھوک نہ لگنے، منہ کا ذائقہ کڑوا رہنے، یرقان اور درم جگر میں یہ دوائیں بہت فائدہ پہنچاتی ہیں۔

خشک یا تازہ پودینہ، دیگر دواؤں کے ساتھ ملا کر بطور چائے یا خیسامندہ پلایا جاتا ہے۔ "خیسامندہ" سے مراد ہے کہ جڑی بوٹیوں کو رات میں پانی میں بھجوا دیا

نصف پیالی عرق گلاب میں ملا کر پلایا جاتا ہے۔ پودینہ میں کیڑوں کو ہلاک کرنے والے اجزاء بھی پائے جاتے ہیں۔ خاص طور پر ناک اور کان میں جو کیڑے پیدا ہو جاتے ہیں، ان پر اگر پودینہ کا تازہ رس ڈالا جائے تو وہ ہلاک ہو جاتے ہیں۔

پودینہ آپ کے حسن کا محافظ بھی ہے۔ چہرے کے داغ و جھول، مہاسوں اور زائد تلوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے تازہ پودینہ، خالص سرکہ کے ساتھ چیس کر چہرے کے متاثرہ مقامات پر لپکایا جاتا ہے۔ چند دن کی پابندی سے، داغ و جھول دور ہو جاتے ہیں اور جلد نکھر آتی ہے۔ جلد کی رنگت صاف کرنے کے لیے پودینہ کو پانی میں جوش دے کر اس پانی سے نہانے کا مشورہ بھی دیا جاتا ہے۔

پودینہ مختلف اقسام کے زہر کا تریاق بھی ہے۔ خاص طور پر بچھو، بھڑ، مٹی اور چوہے، وغیرہ کے کاٹے پر پودینہ کو چیس کر لپکایا جاتا ہے۔ خیش کو جاری کرنے میں بھی پودینہ مفید ہے، اس لیے وہ خواتین جو ایام کی تنگی یا کی میں مبتلا ہوں، پودینہ کی چائے یا تازہ رس استعمال کر کے اس مشکل سے بچھڑا حاصل



جائے اور صبح انہیں مل کر چھان لیا جائے۔ یہی چھنا ہو پانی ”خیساندہ“ کہلاتا ہے۔  
 مٹی، لٹی، خصوصاً حاملہ خواتین کی قے و مٹی، پرانے قبض پتی اچھٹے، کھام ہضم کے خراب ہونے سے پیدا ہونے والے فسلر خون (بلڈ پریشر) کی

صورت میں یہ نسخہ مفید بتایا جاتا ہے۔ سو ف ایک کھانے کا بیج، اسی قدر پودینہ، مٹی (بیج نکال لیں) نو عدد، آلو بخارا سے پانچ عدد، ان اشیاء کو ذریعہ پانی پانی میں رات کے وقت جھوڑیں۔ صبح ان وہاؤں کو مل کر چھان لیں اور چھنا ہوا پانی پی لیں۔ سردی کے موسم میں اس پانی کو نیم گرم کر کے بھی پیا جاسکتا ہے۔ آدھے سر کا ایک عدد



کیسیائی طریقوں سے ٹھنڈک پہنچائی جاتی ہے تو یہ محمد ہو کر قلموں کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قلمی شکل میں یہ ست پودینہ (سینتھول) کہلاتا ہے۔ ست پودینہ کو دوا، ذائقہ اور خوشبو کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ پان کے مسالوں میں شامل کیا جاتا ہے۔ اسے زبان پر رکھنے سے منہ میں ٹھنڈک کا

احساس ہوتا ہے۔ ست پودینہ کو بد ہضمی، قے، اسہال، خصوصاً غذائی سمیت (فوڈ پوائزنگ) ہیضہ اور درد دور کرنے کے لیے استعمال کر دیا جاتا ہے۔ اس کا ایک مشہور مرکب در ہشوی ناموں سے بازار میں فروخت ہوتا ہے اور بہت سے امراض کو دور کرنے کی حیرت انگیز

خاصیت رکھتا ہے۔ ست پودینہ اور ست اجوائن کو برابر مقدار میں ملا کر خشک شیشے کی بوتل میں ڈھکن اچھی طرح بند کر کے۔ چھوپ میں رکھ دیا جاتا ہے۔ چند گھنٹے بعد یہ سیاں شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قے، مٹی، ہیضہ، بد ہضمی میں فائدہ پہنچاتا ہے۔

تنبیلاں میں سوزش پیدا ہونے سے جو امراض پیدا ہوتے ہیں مثلاً ذوال زکام، گلے کی خراش اور انفلا نڈہ وغیرہ ان میں اس روغن کے چند قطرے پلاستہ اور متاثرہ حصہ پر لگاتے ہیں۔ سردی کی صورت میں پیشانی اور کنپٹیوں پر اس کا لپ کیا جاتا ہے۔ دانت میں درد ہو تو اسے روئی پر لگا کر متاثرہ

ہو جائے جس کے ساتھ مٹی اور قے بھی محسوس ہو تو بھی یہ نسخہ مفید ہے۔ مزید تحقیق سے پتا چلا ہے کہ پودینہ میں اعصاب کو سکون پہنچانے اور نیند لانے والے اجزاء بھی موجود ہیں۔

پودینہ کی ایک اہم قسم ”پودینہ کوئی“ ہے جسے ”جاپانی منت“ بھی کہتے ہیں۔ اسی پودے سے ”ست پودینہ“ یا ”سینتھول“ حاصل کیا جاتا ہے۔ یہ پودا چین اور جاپان میں زیادہ پایا جاتا ہے۔ جاپان میں ست پودینہ کا سب سے بڑا برآمد کنندہ ہے۔ اس سے ایک روغن کشید کیا جاتا ہے جو روغن پودینہ جاپانی (جاپانی منت آئل) کہلاتا ہے۔ اس روغن کو مخصوص



پودینے کا رس، تیس گرام شہد ملا کر پینے سے تیس  
سے بیماری میں فائدہ ہوتا ہے۔

❖..... چکی بند نہ ہو تو پودینے کے پتوں پر چھٹی ڈال  
کر چبائیے۔

❖..... موسم سرما میں اکثر زکام کھانسی کی شکایت  
رہتی ہے۔ اس کے لیے پودینے کی چائے میں ایک  
چمکی نمک ڈال کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔

❖..... داغ مہاسوں کے لیے پودینے کے پتوں کو  
پیس کر اس کا لپ داغ مہاسوں پر لگائیں۔

پودینے کے استے سارے فوائد ہمیں دعوت  
دیتے ہیں کہ مختلف امراض سے نجات حاصل کرنے  
کے لیے اس قدرتی دوا کو بھرپور طریقے سے کام میں  
لایا جائے۔



## عظیمی کی ہوم ڈیوری اسکیم

عظیمی کی مصنوعات مثلاً وزن کم  
کرنے کے لیے مینڈلین ہرمل ٹیبلٹ، سن ریز  
ہرمل شیمو، شہد، بالوں کے لیے ہرمل آئل،  
رنگ گورا کرنے والی ہرمل کریم شین سم اور  
دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیوری اسکیم  
کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر  
رابطہ کیجیے:

021-36604127

پاکستان سوسائٹی

دانت پر رکھتے ہیں اور رال بہاتے ہیں۔ چلے ہوئے  
مقام پر اسے لگانے سے جلن اور سوزش دور ہو جاتی  
ہے اور آبلہ نہیں پیدا ہوتا۔ زہریلے کیڑوں کے  
کاٹے پر لگانے سے تکلیف دور ہو جاتی ہے اور زہر  
اڑ نہیں کرتا۔

پودینے کی ایک اور قسم پودینہ فلی (ہیچر منٹ)  
کہلاتی ہے۔ اس کی خوشبو سب سے تیز ہوتی ہے۔ اس  
سے روغن پودینہ فلی (ہیچر منٹ آئل) تیار کیا جاتا  
ہے جو بہت سے امراض کے علاج میں مفید بتایا جاتا۔  
پودینے کی ایک اور قسم پودینہ نہری، (مارش منٹ)  
ہے جو نہروں کے کناروں پر آتی ہے۔

پودینے کی ایک قسم کا نام قدیم کتب میں مشطرا  
مشیع (فلی منٹ) بیان کیا گیا ہے۔ پودینے کی یہ قسم  
پاکستان میں کثرت سے پیدا ہوتی ہے اور ایران،  
افغان اور مراکش میں بھی پائی جاتی ہے۔ اس سے  
ایک روغن حاصل کیا جاتا ہے جو روغن مشطرا مشیع  
(دینی راکل آئل) کہلاتا ہے۔ یہ روغن دواؤں میں  
استعمال ہونے کے ساتھ صابون کو خوشبودار بنانے  
میں بھی کام آتا ہے۔ اس سے مصنوعی ست پودینہ  
(سینتھول) بھی بنایا جاتا ہے۔ پودینے کی یہ قسم  
خواتین کے امراض خصوصاً ایام کی بندش اور تکلیف  
میں استعمال ہوتی ہے۔ نظام ہاضمہ درست کرنے کے  
لیے مفید بتائی جاتی ہے۔

ذیل میں پودینے کے چند نسخے دیے جا رہے ہیں  
جو مختلف امراض میں مفید بتائے گئے ہیں۔

❖..... دستوں میں آدھا کپ پودینے کا رس ہر دو  
گھنٹے بعد پلائیں۔

❖..... صبح سویرے ایک گلاس پانی میں پچیس گرام





لذیذ اور غذائیت سے بھرپور نئی دستور کی یہ ترکیبیں  
آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کر دیں گی۔

## بیف کے لذیذ پکوان .... بیف اسپیشل

خوشبو آنے لگے تو ٹماٹر ڈال کر پانچ  
کے لیے پکائیں اس میں ایک  
کھانے کا گچہ دی ڈالیں اور ہلائیں۔  
اسی طرح ساری دی ڈال دیں اور  
اچھی طرح مکس کر لیں۔ اس  
کے بعد لیموں کا رس ڈال  
دیں۔ فرائی کیے ہوئے  
کوتوں کو ٹماٹر سوس میں  
ڈال دیں اور ڈھک کر ہلکی  
آگ پر بیس منٹ کے لیے  
پکائیں۔ سرونگ ڈش میں



نکال کر سلاد اور اپنے ہوئے چاولوں  
کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔  
سکاوٹ کے لیے ہر ادھیہ ڈال دیں۔

### امرتسری گوشت

اشیاء: گوشت بغیر ہڈی کا آدھا کلو،  
آلو تین عدد (درمیانے سائز کے)، ٹماٹر

نر دس میں ہر ادھیہ پیاز، نمک،  
اورنگ، جیری مرچ، گرم مسالہ  
پاکوڑ، ادھیہ پاکوڑ، بادام پاکوڑ اور  
تھوڑا سا نمک ڈال کر مکس  
کر لیں اور اس کے چھوٹے ٹوٹے بنائیں۔  
ایک تین لٹک سوس میں تیل گرم  
کریں اور اس میں کوٹے ذیل کر فری  
کر لیں سنہرے ہو جائیں تو اتر لیں۔

### لیمب کوفتہ کری

اشیاء: قیر، آدھا کلو پیاز ایک عدد  
(باریک چوپ کر لیں)، لہسن کا جوا  
ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)،  
اورنگ پیسٹ ایک چائے کا گچہ، جیری  
مرچ ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)  
گرم مسالہ پاکوڑ ایک چائے کا گچہ،  
دھیہ پاکوڑ ایک چائے کا گچہ، بادام  
(چیں نیں) ایک چوتھائی  
کپ، ہر ادھیہ دو کھانے کے  
گچہ (چوپ کر لیں)، نمک  
حسب ذائقہ، تیل حسب  
ضرورت۔  
ٹمالو سوسس کے لیے:  
تیل آدھا کھانے کا گچہ، پیاز

ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)،  
قورمہ کرنی پیسٹ تین کھانے کے  
گچہ، ٹماٹر (چوپ کر لیں) 400  
گرام، دی آدھا کپ، لیموں کا رس  
ایک چائے کا گچہ۔  
ترکیب: ایک پیانے میں قیر ڈال  
کری پیسٹ ڈالیں اور پکائیں۔ جب

ٹمالو سوسس بنانے کے  
لیے: ایک چین میں تیلی آگ پر تیل  
گرم کر لیں۔ اس میں پیاز ڈال کر چھ  
سے آٹھ منٹ کے لیے اور گرم  
اور سنہرے کر لیں۔ اس کے بعد قورمہ  
کری پیسٹ ڈالیں اور پکائیں۔ جب



چار عدد، سیاہ مریچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر ایک چوتھائی چائے کا چمچ، ہری مرچیں چار عدد، ہرا دھنیا (چرپ کیا ہوا) دو چائے کے چمچ، اورک پیسٹ ایک چائے کا چمچ، پیاز (درمیانی سائز کی) دو عدد، گھی حسب ضرورت، نمک حسب ذائقہ۔

**ترکیب:** گوشت کے ایک ایک انچ کے چوکور ٹکڑے کر کے دھولیں اور کچن پیچ سے خشک کر لیں۔ ٹماڑوں کے چار چار ٹکڑے کر لیں اور آلو کو چھیل کر گول تیسے کاٹ لیں۔ ہری مرچوں سے چھ ٹکڑے کاٹ لیں اور پیاز چرپ کر لیں۔ سوس پین میں درمیانی آگ پر تھی گرم کر کے اس میں آدھا ڈال دیں آلو نم پڑ جائیں یا دایں ہوں تو تھکی سے نکالیں اور اسی میں گوشت ڈال دیں۔ گوشت ہلکا بادامی ہو جائے تو دھنی گھی سے نکال لیں اور سوس پین کو آگ سے اتار لیں۔ ایک دہائی میں گوشت، دھنیا پاؤڈر، سیاہ مریچ پاؤڈر، اورک پیسٹ، نمک، تین چوتھائی کپ تھی اور تین چوتھائی کپ پانی ڈال کر آگ پڑ رکھ دیں۔ پانی خشک ہو جانے تو اچھی طرح بھون کر گوشت تیلے کے لیے انداز سے سے پانی ڈال دیں۔ گوشت اچھا ہوا ہو جائے تو مٹا ڈال دیں، گوشت گل جائے اور تھوڑا سا پانی بقی ہو تو آلو، پیاز، ٹماڑ، ہری

مرچیں اور ہرا دھنیا ڈال کر دس منٹ کے لیے دم پڑ رکھ دیں۔ امرتسری گوشت تیار ہے۔

### گولڈ بیف اسٹیکس

اشیاء: بیف اسٹیکس چار عدد، ذیتون کا تیل ایک کھانے کا چمچ، سویا سوس دو کھانے کے چمچ، لہسن کے جوئے (کوٹ لیں) دو عدد، لیموں کا رس تین کھانے کے چمچ۔

**ترکیب:** اسٹیکس پر اگر چربی ہے تو اس کو اسیر کر صاف کر لیں۔ اب اسٹیکس کو دو پائنٹ ٹینس کے درمیان رکھیں اور تین پیچ سے ان پر نمک لگائیے۔ جب اسٹیکس کی موناٹی کم ہو کر آدھی رہ جائے تو اسے ایک پیالے میں رکھ کر اس میں ذیتون کا تیل، سویا سوس، لیموں کا رس اور لہسن ڈال کر چار سے پانچ گھنٹے یا رات بھر کے لیے فریج میں میرینیٹ ہونے کے لیے رکھ دیں۔ اب اسٹیکس کو ہائی کیو گرلڈ (گوشت کو پکنے میں چند منٹ نکالیں گے)۔ اگر چاہیں تو ان کے اوپر پہاڑ رکھ کر تھوڑی دیر میں۔ سیکھی ہوئی بریڈ کے ساتھ نہ کریں۔

### مکھنی اُردھ گوشت

اشیاء: ثابت اُردھ کی دان 125 گرام، بیف ایف کٹو، نمک حسب ذائقہ، دھنی ایک چوتھائی کپ، مکھن چھ کھانے کے چمچ، کریم (حیوان کے

لیے) حسب ضرورت، لال مریچ پاؤڈر دو چائے کے چمچ، سوکھا دھنیا پاؤڈر ایک کھانے کا چمچ، گرم مسالہ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، لٹاؤ بیوری ایک کپ، ہلدی پاؤڈر آدھا کھانے کا چمچ، تیل ایک کھانے کا چمچ، پیاز (باریک کاٹ لیں) دو عدد، لہسن اورک پیسٹ ایک کھانے کا چمچ۔

**ترکیب:** ایک دہائی میں گوشت دھو کر ڈال دیں ساتھ ہی اورک، لہسن، پیاز، ہلدی اور نمک ڈال کر اتنا پانی ڈالیں کہ گوشت نل جائے اور پانی خشک ہو جائے۔ جب گوشت گل جائے تو اس سے بنا لیں۔ دھن میں تھوڑا سا نمک ڈالیں، ابلان میں جب گل جائے تو گوشت میں۔ چھ دانے ثابت رہیں اور چھ نل جائیں اب ایند دہائی میں تیل اور لہسن ڈال کر پھلایں۔ اس میں لٹاؤ بیوری، لال مریچ، دھنی اور گرم مسالہ ڈال دیں۔ ساتھ ہی دھنیا پاؤڈر اور گرم مسالہ ڈال دیں۔ دس منٹ بالکل ہلکی آگ پر دم پڑھیں۔ سونف ڈش میں نکال کر اوپر ایند یا دو کھانے کے چمچ کریم ڈال کر پھیلا دیں۔ چاولوں یا نان کے ساتھ نہ کریں۔

بچہ

بچہ



# لپے، گھنے اور دیشم جیسے بال

♦.... کالے ماش ثابت ایک ٹپ، آملہ آدھا ٹپ، سکا کائی آدھا ٹپ، میتھی کے بیج دو بڑے بیج، لیموں کے چھلکے سوکھے ہوئے چار عدد ان تمام اشیاء کو چیس کر سفوف بنالیں۔ گرم پانی میں آدھے گھنے کے لیے بھٹودیں اور پھر سر پر لگائیں۔ پانچ منٹ بعد سر دھو لیں۔ اس سے بال لپے، گھنے، چمکدار اور گرنا بند ہو جائیں گے۔

♦.... سبوں کا تیل، کیندے کے تازہ پھول ایک پاؤرات کو بھٹو کر رکھ دیں۔ صبح پھولوں کو اچھی طرح غسل کر تیل چھان لیں۔ سر دھوئے سے آکر یا ایک گھنٹہ پہلے اس کو اچھی طرح سر پر لگائیں۔ بال لپے اور گھنے ہو جائیں گے۔

♦.... بالوں کو لہا کر نے سے یہ ایک مٹھی میتھی چیس کر سفوف بنالیں۔ اس میں انڈا، ناریل کا تیل اور پیپٹا ملا لیں۔

آدھے گھنے تک اسے بالوں میں لگا رہنے دیں اور پھر

بہت سی خواتین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بال گھنے، لپے اور چمکدار ہوں۔ بالوں کی خواہشوں میں اچھی صحت کا بہت بڑا حصہ ہے۔

آپ اپنی صحت کا خیال رکھیں۔ متوازن غذا استعمال کریں، سب اور دوسرے پھل، میزیاں زیادہ استعمال کریں، باقاعدگی سے دودھ پئیں تو آپ کے بالوں پر خوشگوار اثر پڑے گا۔

غذا کا خیال رکھنے کے ساتھ ساتھ بالوں میں ناریل یا سرسوں کے تیل کی مالش کریں۔ تیل لگانے سے پہلے اسے ہلکا سا گرم کر لیں۔

صبح نہانے اور بال دھونے سے پہلے تھوڑا میوں کا رس لے کر بالوں کی جڑوں میں مالش کریں۔ اس کے بعد صابن یا شیمپو سے بالوں کو دھو کر صاف کر لیں۔ یہ مکاری کے لیے بھی مفید ہے۔

♦.... رات کو پانی میں اٹی ڈال کر بھٹو کر رکھیے اور پھر صبح اس پانی سے بال دھو ڈالیں۔ یہ عمل کم از کم ایک ہفتہ ضرور کیجیے اور پھر بانوں میں ناریل کا تیل

ڈال کر لیں۔ بال لپے، گھنے اور چمکدار ہو جائیں گے۔

♦.... ماش کی دال اور بیری کے صاف پتے بھٹو دیں۔ پھر چیس لیں دونوں کو ملا کر اس آمیزہ سے سر دھوئیں بال لپے اور صاف ہو جائیں گے۔





ایسے ہر بل شیمپو سے بالوں کو دھو لیں۔

♦.... بالوں کے لیے خالص مسروں کے تیل کے ساتھ ایک کسٹر آئل کی بوتل ڈال کر مکس کر کے بالوں میں لگائیں۔ اس سے ہلے، گھنے، سیاہ اور موٹے ہوتے ہیں۔

چمکدار بالوں کے لیے

♦.... غسل سے ایک گھنٹہ پہلے سر پر تیل کی ماس کرنے سے بالوں میں چمک آ جاتی ہے۔

♦.... بالوں میں بھاپ دیں۔ بال ریشم جیسے ہو جائیں گے۔

♦.... اپنے بالوں کو ہینٹے میں کم سے کم دو بار شیمپو کریں۔

♦.... ویدرے جچ دی اور ایک انڈے کی زرونی لے کر اچھی طرح ملا لیں۔ اس آمیزے کو کھینچنی پر اچھی طرح پیسے۔

آدھے گھنٹے بعد بال دھو ڈالیں۔ خشک بال نرم ہو جائیں گے اور ان میں ریشم جیسی چمک اور خوبصورتی پیدا ہو جائے گی۔

♦.... آدھا آئپ دودھ لے کر اس میں ایک انڈا ملا کر خوب اچھی طرح پھینٹ لیں یہاں تک کہ اس میں جھاگ بننے لگے۔ اسے سر کی جلد اور بالوں پر لگائیں۔ تھوڑی دیر بعد دھو ڈالیں۔ اگر مہندی استعمال کرتی ہیں تو مہندی کے آمیزے میں ایک چائے کا چمچ ناریل کا تیل ملائیں ورنہ بال اور بھی خشک نظر آئیں گے۔

بالوں کو خوبصورت، چمکدار اور گھنے بنانے کے لیے عمدہ تیل سن فلاور آئل ایک لیٹر، یونڈر آئل پندرہ ملی

لیٹر، لیمن آئل دس ملی لیٹر، روز آئل پانچ ملی لیٹر۔ سن فلاور میں کوئی دل پسند خوشبو شام کر کے استعمال کریں۔ یہ تیل بالوں کو لمبا، چمکدار بناتا ہے۔ سر کے بالوں کا بہترین نسخہ برہمی ہوئی 250 گرام، آملہ 250 گرام، مکوں کا تیل 500 گرام۔

ان دونوں کو چس کر 500 گرام تیل کے تیل میں پکائیں۔ یہاں تک کہ تیل کی رنگت بدل جائے پھر اس کو چھان کر بوتل میں بھر لیں۔ لیجیے تیل تیار ہو گیا۔

بنانے سے آدھے گھنٹے قبل یہ تیل بالوں میں اچھی طرح لگائیں پھر نہالیں۔

بالوں کو لمبا کرنے کا تیل

آملہ خشک، ایک پاؤ، برگ وسمہ آدھا پاؤ، تیلوں کا تیل آدھا کلو، آب پتھر ایک کلو، برگ مہندی آدھا پاؤ، پانی ایک لیٹر۔

پہلے آملہ برگ مہندی اور برگ وسمہ و پانی میں ڈال کر آگ پر جوش دیں۔ آگ ٹھکی ہوئی چاہیے۔ جب پانی نصف چل جائے تو آب پتھر ڈال دیں اور جب سارا پانی چل جائے اور صرف تیل ہی باقی رہ جائے تو آہستہ سے بخار کر بوتل میں ڈال لیں۔ اس تیل سے بال خوب لمبے ہوتے ہیں۔

تیل کے ساتھ بالوں کی چمک میں ہیر رنزر (Hair Rinses) بھی معاون ثابت ہوتے ہیں۔ بالوں کو ریشمی اور چمکدار دکھائی دینے کے لیے رنزر کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ آلودگی اور سورج کے نقصانات سے آپ کے بالوں کو بچانے کے لیے اچھی ذہال مہیا کرتے ہیں۔

پاکستان سوسائٹی



سیب والا پیشرنز

### (Apple Hair Rinse)

مالٹ سرکہ (Malt Vinegar) 200 ملی

لیٹر، گرم پانی ایک لیٹر۔

ان دونوں کو ملا کر بالوں پر لگائیں۔

ایک نسبتاً گرم کمرے میں بالوں کو خشک

کریں۔ اس آمیزے سے بالوں کو پُرکشش چمک اور

سنہری رنگ ملے گا۔ یہ پختے بالوں کے لیے

بھی بہتر ہے۔

جو والا پیشرنز

### (Barley Hair Rinse)

مالٹ سرکہ ایک کپ، گرم پانی ایک کپ۔

مالٹ سرکہ اور جو کو گرم پانی میں ملا کر بالوں پر

لگایا جائے تو یہ بالوں کو ملائم، چمکدار اور بالوں کے

رنگ کو گہرا کر دیتا ہے۔ اس کے بعد اگلے ہوئے جو

کے پانی (چار حصے پانی اور ایک حصہ جو) کے ساتھ سر

دھوئیں اور مطلوبہ بالوں کی سیٹنگ کے بعد اسے

خشک ہونے دیں۔

بابونہ پیشرنز

### (Chamomile Hair Rinse)

بابونہ کے پھول (پاؤڈر) ایک کپ، چینی مٹی

(Kaolin Powder) ایک کپ۔

بابونہ کے پھولوں کا پاؤڈر اور چینی مٹی لیں۔ ان

دونوں کا پیسٹ بنالیں۔ اس کو بالوں میں اچھی طرح

مالش کرنے کے بعد تیس منٹ تک لگا رہنے دیں۔

اس کے بعد سر کو نیم گرم پانی سے جس میں ایک عدد

لیموں کا رس ملا ہوا ہو دھو لیں۔ آپ کے بال پُرکشش

ہو جائیں گے۔ یہ ریز ہر قسم کے بالوں کے لیے

استعمال ہو سکتا ہے۔

لیے، گھنے اور چمکدار بالوں میں برش یا کٹنگ

کرنے کا طریقہ بھی جاننا ضروری ہے۔

◆.... بالوں میں ہمیشہ برش اس وقت کریں جب

یہ خشک ہوں۔ گیلے بالوں میں برش کرنا بالوں کے

سروں کے دو منہ بننے کا سبب بنتا ہے۔

◆.... برش کرنے کے لیے سر کو نیچے جھکا لیں اور

سر سے پرے یعنی بالوں کے سروں سے برش کرنا

شروع کریں۔

◆.... برش کرنے کے دوران اپنے سر کو آگے کی

طرف جھکائیں۔ اس طرح دوران خون کا بہاؤ سر کی

جانب بڑھ جائے اور بالوں میں توانائی پیدا ہوگی۔

◆.... باریک بالوں کے لیے نرم برش جو سر کو نہ

کھرو نیچے کی ضرورت ہوتی ہے۔

◆.... بہت لمبے ہونے والوں کے لیے ایک بڑے

برش جس کے دندان سخت ہوں کی

ضرورت پڑتی ہے۔

◆.... چھوٹے یا متحرک یا لمبے بالوں کے لیے ایک

تنگ برش جس کا سر لیوٹر استعمال نما ہو اور جس کے

دندانے فاصلے پر گروپ نما شکل میں ہوں ضرورت

پڑتی ہے۔

◆.... کبھی بھی جیسے دندائوں والا برش استعمال نہ

کریں۔ یہ بالوں کو زخمی کر دیتے ہیں۔ ایسی کٹنگ

استعمال کریں جس کے دندانے فاصلے پر ہوں۔

◆.... اچھے ہوئے بالوں میں کٹنگ کرنے کا آسان

حل یہ ہے کہ آپ بالوں کے سرے سے کٹنگ کرنا

شروع کریں اور آہستہ آہستہ اوپر کی طرف آئیں۔





# طبع مشورے

## گیس

جو غذا ہم کھاتے ہیں اس کے ہضم ہونے کا عمل ہمارے منہ سے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ غذا کے چبائے جانے کے دوران گلے کے مخصوص غدود کی رطوبت غذا میں شامل ہو کر نشاستے کو شکر میں بدل دیتی ہے اور دانت غذا کو اچھی طرح چبا کر باریک کر دیتے ہیں۔ غذا اب معدے میں پہنچتی ہے جہاں ہاضم رطوبت اور تیزاب اس میں شامل ہو جاتے ہیں۔ معدہ حرکت کرتا ہے اور ہاضم رطوبت اور تیزاب غذا میں مل کر اسے سادہ اجزاء میں بدلتے ہیں۔ اس عمل کے دوران تیس پیدا ہوتی ہے جو غام طور پر ذکار کی شکل میں خارج ہو جاتی ہے۔ بعض صورتوں میں یہ گیس زیادہ مقدار میں بننے لگتی ہے یا جتنی تیس بن رہی ہوتی ہے، وہ کسی سبب کی بنا پر جسم سے خارج نہیں ہو سکتی۔ نتیجے میں یہ تیس پیٹ میں جمع ہو جاتی ہے۔

## گیس بننے کے اسباب

کھائی جانے والی غذا درست طریقے پر پکی ہوئی نہ ہو، ہاضمہ پر بوجھ ڈالنے والی ہو یا باکی ہونے کی وجہ سے اس میں تعفن پیدا ہو گیا ہو۔

غذا کو ٹھیک طرح چبایا نہ جائے یا اسے اتنی دیر تک منہ میں ٹھہرنے کا موقع ہی نہ دیا جائے کہ منہ کی

رطوبت اس پر اثر انداز ہو سکے، یا جلد جلد کھایا جائے۔ معدہ اپنا کام صحیح طور پر انجام نہ دے رہا ہو، خواہ اس کی وجہ معدے کی اپنی کمزوری، مثلاً معدے میں گرم آنا یا اس میں ہاضم رطوبتوں کا کم یا زیادہ ہونا ہو یا آپ خود معدے کو مشکل میں ڈال دیں یعنی وقت پر کھانا نہ کھائیں یا ایک غذا کے ہضم ہونے سے پہلے دوسری غذا معدے میں پہنچا دیں۔

## حکیم عادل اسماعیل

غذا جب معدے سے چھوٹی

آنت میں داخل ہو رہی ہو تو اس پر

مخصوص رطوبتیں مطلوبہ مقدار میں اثر انداز نہ ہو سکیں یا غذا کے جس حصے کو منہ یا معدے میں ہضم ہونا چاہیے تھا وہ ہضم نہ ہو سکے۔

تغذہ کسی وجہ سے آنتوں میں زیادہ دیر تک رکھا رہے، ایسی صورت میں بھی تیس زیادہ بنتی ہے اور تیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ ہو کر پیٹ پھولنے لگتا ہے۔ ایسا غام طور پر قبض کے مریضوں میں ہوتا ہے۔

ٹپلی آنت کے امراض، مثلاً بواسیر وغیرہ بھی تیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ بنتے ہیں۔

محنت، مشقت، کھیل کود اور ورزش یا چہل قدمی سے "پرہیز" کرنے والے افراد بھی تیس کے مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔



نوجوانی کی نسبت اومیز عمری میں تیس زیادہ بننے لگتی ہے۔

زیادہ وزن کے حامل افراد میں بھی تیس زیادہ بننے کی شکایت عام ہے۔

ان لوگوں کو بھی معدے میں تیز ابیت بڑھ جانے کی شکایت رہتی ہے جو بہت متفکر اور پریشان رہتے ہیں۔ زیادہ تیز ابیت کی وجہ بھی تیس بننے لگتی ہے۔

### علامات

اسباب کے لحاظ سے تیس کے مرض کی علامات مختلف ہیں۔ اگر معدے میں تیز ابیت بڑھ جائے تو مریض کو بھوک برداشت نہیں ہوتی۔ کھانے سے پہلے مریض کا پیٹ پھول جاتا ہے، سینے میں جلن ہونے لگتی ہے۔ کچھ کھانے سے آرام ملتا ہے۔ اس کے مقابلے میں جن لوگوں کے معدے کمزور ہوں اور ان میں ہاضمہ رطوبتیں کم مقدار میں بن رہی ہوں انہیں بھوک کم لگتی ہے، کھانے کے بعد پیٹ میں بھاری پن کا احساس ہوتا ہے اور تیس بننے لگتی ہے۔ اگر تیس قبض کی وجہ سے ہے تو اجابت کے بعد مریض سکون محسوس کرتا اور اگر بواسیر اس کا سبب ہے تو اجابت کے وقت تکلیف ہو سکتی ہے اور رفع حاجت کے بعد بھی یہ احساس ہوتا رہتا ہے کہ ابھی فضلہ آنتوں میں موجود ہے۔

ہمارے جسم کے مختلف اعضا کا دماغ سے رابطہ قائم رکھنے والے بہت سے اعصابہ پیٹ سے گزرتے ہیں۔ جب پیٹ میں تیس پیدا ہوتی ہے تو وہ ان اعصاب پر بھی دباؤ ڈالتی ہے اور اسی دباؤ کے رد عمل

کے طور پر جسم کے کسی دوسرے حصے میں درد ہونے لگتا ہے۔ ان حصوں میں کوئی خرابی نہیں ہوتی۔ اسی طرح پیٹ سے گزرنے والی خون کی بڑی رگوں پر ڈائے فرام (وہ پردہ جو پیٹ اور سینے کو علیحدہ علیحدہ حصوں میں تقسیم کرتا ہے) جب تیس کا دباؤ پڑتا ہے تو قلب کا فعل متاثر ہوتا ہے اور گھبراہٹ، ہشمت یا اختلاج کی سی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے جو بلڈ پریشر پر بھی اثر انداز ہوتی ہے۔

### علاج

کھانے کے دوران زیادہ گفتگو نہ کی جائے۔ وقت مقررہ پر کھانا کھایا جائے۔ تیز ابیت معدہ کے مریض دو کھانوں کے درمیان کوئی ہلکی چیز مثلاً کیلا، کھیر یا دودھ لے سکتے ہیں۔ کھانے کے فوراً بعد زیادہ پانی نہیں پینا چاہیے۔ بھرپور نیند اور ذہنی سکون پر بھی توجہ دی جائے۔

اگر معدے میں تیز ابیت بڑھ جانے کی وجہ سے تیس پیدا ہو رہی ہے تو غذا میں مریخ مسالے اور گوشت کی مقدار کم کر دیں۔ ایک آسان اور خوش ذائقہ نسخہ یہ ہے کہ سوئف کو صاف کر کے توبے پر رکھ کر ہلکا بھون لیں اور اسے پیس کر اس میں برابر مقدار میں چینی پیس کر ملا لیں۔ اسے صاف اور خشک بوتل میں محفوظ کر لیجیے۔ دوپہر اور رات کے کھانے کے بعد چائے کا ایک چمچ پانی کے ساتھ کھانیا جائے۔ یہ ایسی دوا ہے جو ہر طرح کی تیس اور بد ہضمی میں استعمال کرائی جاسکتی ہے۔ بچوں کے لیے بھی مفید ہے۔ بلڈ پریشر کے مریض بھی اسے بلا کھٹکے استعمال کر سکتے ہیں کیونکہ اس میں نمکیات نہیں ہیں۔

دیکھنا کہ تیس



**AZEEMI**



**ماذرم**

ہاتھ کے لئے  
ڈاکٹر وارہرل فیلٹ

تین اور پانچ سال کی لڑکیاں اور لڑکے  
قد رتی اجزاء پر مشتمل ہر بل بوتے پر

قریبی و جزیل رینڈیکل اسٹور سے طلب فرمائیں

عظیمی لہار ج، کراچی پاکستان

اگر معدے کی تیزابیت نے بڑھ کر زخم کی شکل اختیار کر لی ہے اور خالی پیٹ رہنے کی صورت میں صحن کے ساتھ درو بھی ہونے لگا تو ملینھی کا بہت باریک سفوف اور اس کے برابر اسپنول کو بھوسی ملا کر رکھنی جائے اور کھانے کا ایک چمچ ایک پیالی پانی میں ملا کر دوپہر اور رات کے کھانوں سے دس منٹ قبل پی لیا جائے۔

معدے کی کمزوری اور ہاضمہ رطوبت کی کمی اگر گیس کا سبب بن رہی ہے تو ہاضمے کی نکلیاں استعمال کرنی چاہئیں۔

اگر جگر کی کمزوری سے تیس کی شکایت ہے تو شربت انار، کھانے کے دو چمچ یا جوارش اتارین آدھا چائے کا چمچ، پانی کے ساتھ طعام کے بعد لے لیں۔ قبض کی وجہ سے گیس کی شکایت ہو تو رات سونے سے قبل ثابت اسپنول کا ایک چمچ پانی میں ملا کر لے لیا جائے یا بلبلہ سیڑ باریک کر کے کھانے کا ایک چمچ سوتے وقت، نیم گرم پانی کے ساتھ لے لیں۔ مریضوں کو انجیر، مٹھی، پپتاء، امرود اور انگور استعمال کرتے رہنا چاہیے۔

گیس، بد ہضمی، بھوک کی کمی میں درج ذیل نسخہ مفید ہے۔

اجوائن 125 گرام، کلونچی 125 گرام لے کر ایک پیالے میں ڈالیں اب لیموں کا رس اتنا ڈالیں گے اوویات لیموں کے رس میں ڈوب جائیں۔ تین چار دن تک پیالے میں رہنے کے بعد سائے میں خشک کر لیں تین تین گرام دوپہر اور رات کھانے سے پہلے لیں۔







## گھر کا معالج

جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے علاج کے لیے کئی ادویات اور کبھی اسٹین یا ٹونک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے ہیکن میں بھی موجود ہے۔ لیکن ہمارا مشافعا نہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چھ طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے ہیکن میں بھی موجود ہے۔

قبض کا سب سے بڑا سبب غلط غذاؤں کا استعمال اور غلط طرز زندگی ہے۔ کھانے کی تمام اشیاء میں، جب وہ اپنی قدرتی حالت میں ہوں، فائبر مادوں (Roughage) کا اچھا خاصا تناسب موجود ہوتا ہے، یہ مادے غذاؤں میں فطری توازن کو برقرار رکھنے کے لیے ہوتے ہیں اور انتڑیوں کو حرکت دینے میں بھی مددگار ہوتے ہیں۔ اسی حرکت کی بدولت خود ایک معدے کی نالی میں سفر کرتی ہے۔ ہم جو غذاؤں استعمال کرتے ہیں ان میں سے بیشتر میں یہ فائبر مادے کم مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس مقدار کی

قبض ایک عام عارضہ ہے۔ شاید سبکی وجہ سے کہ لوگ اسے زیادہ اہمیت نہیں دیتے اور کسی معالج سے مشورہ کیے بغیر چلتے پھرتے اس کا علاج کر لیتے ہیں حالانکہ ماہرین نے قبض کو "ام الامراض" کا نام دیا ہے یعنی "پتھریوں کی ماں" اور حقیقت ہے کہ تباہی کی ایک عارضہ بہت سے امراض کو دعوت دینے کا باعث بن جاتا ہے۔ ان میں جگر کی خرابی، خون کے سرخ و زرات کی ٹوٹ پھوٹ، طبیعت کی سستی، حافظہ کی کمزوری، سر درد اور بعض دماغی امراض شامل ہیں۔



کی ہی قبض پیدا کرنے اور اسے برقرار رہنے میں مدد دیتی ہے۔ اس کی وجہ سے ہم دائمی قبض کے مریض بننے رہتے ہیں۔

وٹامنز اور مینرلز کا مناسب کم رکھنے والا ہارٹیک پسا ہوا آنا اور مرغن غذا میں کھانا، کم پانی پینا، گوشت زیادہ مقدار میں کھانا، زیادہ پتی والی چائے اور کافی کا استعمال، لٹوالوں کو اچھی طرح نہ چبانا، خوب پیٹ بھر کر کھانا، غذاؤں کا غلط امتزاج اور کھانے پینے کے اوقات میں بے قاعدگی یہ سب چیزیں آنتوں کی کارکردگی کو خراب کرنے کا باعث بنتی ہیں۔ اس کارکردگی کو نقصان پہنچانے والی دیگر باتیں یہ ہیں۔

اجابت کے اوقات میں بے قاعدگی، جلاب زیادہ لینا، پیٹ کے عضلات کا کمزور ہونا (جو پیٹھے رہنے یا نقل و حرکت کم ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے) اور جذباتی اور ذہنی دباؤ زیادہ ہونا۔ یہ سب باتیں بھی قبض کا باعث بن جاتی ہیں جن میں نیومرز (رسولیں) جگر کے فعل کی سستی، کافی آنت کا درد، آنتوں کا تشنج، تیزابیت، متعدد کی بیماریاں، دانتوں کی تکالیف، پیشاب کی بیماریاں، شوگر کا مرض، بعض بیماریوں کے لیے استعمال کی جانے والی دواؤں کے زہریلے اثرات، ریڑھ کی ہڈی کے نچلے حصے کی غیر معمولی حالت اور مٹانے کے غدود بڑھ جانا شامل ہے۔

ذیل میں قبض سے نجات کے لیے مفید نسخے دیے جا رہے ہیں۔

♦.... 250 گرام مکی گاجر اچھی طرح چبا چبانے روزانہ بھوکے پیٹ کھائیں، اس سے قبض دور ہو گا اور بھوکہ اچھی لگے گی۔

♦.... لیموں کا رس گرم پانی کے ساتھ رات کو لینے

سے اجابت کھل کر آتی ہے۔ بارہ گرام لیموں کا رس، اور بارہ گرام شکر ایک گلاس میں ملا کر رات کو پینے سے کچھ ہی دنوں میں قبض کی پرانی سے پرانی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

♦.... صبح ناشتے میں تازگی کا رس کئی دنوں تک پیتے رہنے سے قبض دور ہو جاتا ہے اس سے قوت انہضام میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔

♦.... میتھی کے پتوں کی سبزی کھانے سے قبض دور ہوتا ہے۔

♦.... سوئے دقت آدھا چمچ پیسی ہوئی سوئف گرم پانی کے ساتھ لینے سے قبض میں فائدہ ہوتا ہے۔

♦.... رات کو ایک چمچ پیسا ہوا آٹولہ گرم پانی یا گرم دودھ کے ساتھ لینے سے قبض نہیں رہتا۔ آنتیں اور پینٹ صاف رہتے ہیں۔

♦.... گرم دودھ کے ساتھ دو چمچ ملاب کا کھنڈ یا اسپنول کا چھلکا رات کو لینے سے قبض دور ہوتا ہے۔

♦.... دائمی قبض ہو، تو پختہ انجیر کھائیں، یا پانچ خشک انجیر دودھ میں ابال کر رات کو سوتے وقت لیں۔

♦.... ایک گلاس گرم پانی (گھٹنا گرم یا جاکے) کھانا کھانے کے بعد لگا تار پیتے رہنے سے قبض دور ہوتا ہے۔ جنہیں قبض کی شکایت ہو انہیں کھانے کے ساتھ گھونٹ گھونٹ پانی پیتے رہنا چاہیے۔ صبح اٹھتے ہی ایک گلاس پانی پیئیں۔

♦.... باسٹھ گرام تل کوٹ کر اور چینی ملا کر کھانے سے قبض دور ہوتا ہے۔ تل، چاول اور موگ کی دال کی کھجڑی بھی قبض دور کرتا ہے۔



شبلی کا مہنت



# اشرف باجی کے ٹوٹکے



ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔



محترمہ اشرف سلطانیہ برہنہاوس سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کویفائیڈ طبیہ بھی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب کارنیں کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجئے۔

ایک دم تازہ، خست اور نڈید بننے کی اس طرح رکھنے سے مچھلی بھٹوں تازہ رہتی ہے۔

پانے کی بدبو سے نجات

اکثر لوگ پائے کی بدبو کی وجہ سے اسے پکانے سے کتراتے ہیں۔ اگر پائے پکاتے وقت اس میں تھوڑا سا سفید زیرہ، دار چینی اور لوٹکس ڈال دی جائیں تو گھر میں ناگوار مہک نہیں آئے گی اور پائے بھی مزیدار بنیں گے۔

ٹماٹر کا سوپ

ٹماٹر کے سوپ میں ایک چمچ پسا ہوا پودینہ ڈال

ذائقے دار پکوزے

پکوزے بناتے وقت اگر تھوڑا سا لہسن پیس کر مین میں ڈال دیں تو ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا اور بھاری پن بھی نہیں رہے گا۔

مچھلی بھٹوں تازہ رکھنا

مچھلی کو بہت دیر تک تازہ رکھنے کے لیے اس کو اچھی طرح دھو کر اس میں حسب ضرورت پھا ہوا نمک، پھا ہوا دھنیا، لہسی ہوئی ہلدی ملا کر برتن میں رکھ کر فریج میں جمادیں۔

جب پکانی ہو تو اچھی طرح سے دھو کر پکائیں



دیا جائے تو ذائقہ بہتر ہوگا اور سوپ بھی خوشبودار بنے گا۔

### لوکھی کا حلوہ

لاکھی کا حلوہ بنانے وقت اس کو کھی میں بھونے کے بجائے تازہ کریم میں بھونیں گے تو حلوہ لذیذ بنے گا۔

### لذیذ گلاب جامن بنانا

گلاب جامن بناتے وقت ان کے اندر ایک ایک منفرد رکھ دیا جائے تو گلاب جامن بہت پھولیں گے اور ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا۔

### فونیچر کے سفید داغ دور کرنا

اکثر فونیچر پر پانی گرنے سے سفید سے نشان پڑ جاتے ہیں ان کو دور کرنے کے لیے ہیسٹین آہستہ آہستہ ملیں۔

### بھڑوں کے چھتے ختم کرنا

بسن اور گندھک کی دھونی دینے سے بھڑ مر جاتے ہیں۔

اگر ان کے چھتوں کو ختم کرنا ہو تو مٹی کا تیل یا سرکہ ڈال دیا جائے۔

### چیونٹیاں بھگانا

چیونٹیوں کو بھگانے کے لیے وہاں تنگ یا بلند رکھ دیں تو چیونٹیاں خود ہی چلی جائیں گی۔

### مٹر کے دانے جلد گلانا

مٹر کے دانے جلد گلانے کے لیے دانوں کو پانی میں بھگو کر ساتھ ہی تھوڑی سی چینی یا کھانے کا سوا اور پودینہ کی چند چٹیاں ملا کر پکائیں۔ اس طرح مٹر کے دانے جلد گل جائیں گے اور ان کا رنگ بھی ہرا ہی رہے گا۔

### چقندر زیادہ عرصہ

### تک محفوظ رکھنا

چقندر کسی تھیلی میں روٹی کے ساتھ اس طرح رکھیں کہ آپس میں ملنے نہ پائیں اس طرح چقندر زیادہ عرصے تک تازہ رہیں گے۔

### مسالہ اچھا بنانا

گوشت اچھا پکانے کے لیے مسالے میں تھوڑا سا آنا ملا لیں۔

### پکے ہوئے کوفتے نہ ٹوٹیں

کوفتے پکاتے وقت گچے سے ہلانے کی بجائے دھکی کر حرکت دیں اس طرح کوفتے ٹوٹنے سے محفوظ رہیں گے۔

### گوشت جلد گلانا

پکتے ہوئے گوشت میں ذرا سی مٹی چینی یا چھالیہ ڈال دیں۔ ایک کلو گوشت کے لیے ایک چھالیہ کافی ہے۔

### لیموں سے پورا رس نکالنا

لیموں سے پورا رس نکالنے کے لیے اسے پہلے گرم پانی میں زبرد کر پھر کاٹیں۔

### کبھی نہ مرجھانے والے

### پھولوں کا گلستان

تھوڑے سے سدا بہار کے بیج لیں۔ انہیں کسی گیلے میں بویں۔ جب پودا چار انچ ہو جائے تو بڑی حفاظت سے خوبصورت گلدان میں منتقل کر دیں۔ یہ پھول مختلف رنگوں میں ہوں گے اور ان کا کسی بھی موسم میں مرجھانے کا امکان نہیں ہے۔ سدا بہار کے بیج زمرنی یا دکان سے حاصل کریں۔



پاکستان کا سب سے بڑا سوسائٹی



# جسم کے عجائبات



انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا قاعدہ و اسطلاح بھی ہے۔ ہر نظام ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

”جسم کے عجائبات“ کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبان میں قلم ریز کی گئی ہے۔  
ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

محمد علی سید

میسر اکام یہ ہے کہ مسیحا انسان کو عارضی طور پر کسی سپر مسیحا میں تبدیل کر دوں تاکہ وہ جو کرنا چاہے وہ کر سکیں۔ اپنی بقاء کی جنگ لڑتے ہوئے اگر اس کی ضروریات تیسری سے بڑھ رہی ہوں تو مسیحا ان کا انتظام پہلے ہی کر چکا ہوتا ہوں!

کے لیے اسے کئی ایکلائن پر بہت جلد پلانٹ لگانا پڑے گا۔ اسٹاف، ممبرین اور آلات کی ایک لمبی فہرست تیار کرنا ہوگی۔

میں جو بار بار ممبرین تیار کرتا ہوں اس کی حقدار ایکٹ انس کے ہزار ہیں جسے سید بڑا ہوتی ہے لیکن یہ پہلے اس بار ممبرین آپ کی زندگی کے سکہ میں قلم کاروں میں مرکزی کردار ادا کرتے ہیں۔

میں آپ کا ایڈریسنگ گیلڈ (خود) ہوں اور آپ کے دائیں گروے کے اوپر گھڑ دوڑ کے کسی جوتی کی طرح سوار رہتا ہوں۔ سید جو سب سے اچھے اسی طرح

(گزشتہ سے پوسٹ)

جادوئی طاقت  
ایڈریسنگ گیلڈ

ایڈریسنگ گیلڈ کی کہانی خود اس کی کتاب میں ہے۔ یہ بھی شکل کسی ٹکڑے سے مشابہ ہے اور سامت انگلی کے سرے کے برابر۔ وزن ٹھانڈا۔ نہ خود کر سکتے ہیں۔ اس مختصر سے وجود میں اللہ نے بڑے بہت سی حیات آفریں صلا عتیق عطا کی ہیں۔ میں پنا کے لیے چچاں بار ممبرین تیار کرنے کا اہم سوار ہوں۔ ان بار ممبرین کو اگر انسان تیار کرنا چاہے تو اس



2015

Copied From Web



آپ کے ہاکیں گردے پر موجود ہے۔ آپ کی زندگی کی دوڑ میں ہم دونوں بے حد اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

میرے وجود کا ہر حصہ حیران کن صلاحیتوں سے بھرا ہوا ہے۔ اس معاملے میں جسم کا شاید ہی کوئی دوسرا عضو میرا مقابلہ کر سکے۔ میں انسان کو بڑی بڑی مصیبتوں میں مبتلا کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔ میں انسان کو معذور بنا سکتا ہوں، اسے بیمار ڈال سکتا ہوں، اسے پاگل خانے بھیج سکتا ہوں، حتیٰ کہ اسے موت کے نگھاٹ اتارنے کی صلاحیت بھی مجھ میں موجود ہے لیکن میں نے آپ کے ساتھ کبھی ایسا سلوک نہیں کیا۔ اس کے برعکس میں نے ہمیشہ آپ کو بہت سی مصیبتوں سے دور رکھا ہے۔ شاید یہی سبب ہے کہ آپ میرے وجود تک سے نا آشنا ہیں۔ انسان کی عادت ہے کہ وہ اپنی جسمانی نعمتوں کی قدر اس وقت تک نہیں کرتا جب تک کہ تکلیف میں مبتلا نہ ہو جائے یا کوئی نعمت اس سے واپس نہ لے لی جائے!

میرا وجود آپ کی زندگی کے لیے ناگزیر اور آپ کے لیے آپ کے پیدا کرنے والے اللہ رب العالمین کی طرف سے ایک عظیم تحفہ ہے۔ جس کی قدر و قیمت کا اندازہ شاید آپ میری کہانی سننے کے بعد کسی قدر لگا سکیں۔

لوگ سمجھتے ہیں کہ اگر دل دھڑکنا بند کر دے، گردے خراب ہو جائیں تو موت واقع ہو سکتی ہے۔ یہ سچ ہے لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ مجھے اور میرے ساتھی غدد کو جسم سے نکال دیا جائے یا ہماری کارکردگی ختم ہو جائے تو انسان کی منزل صرف قبرستان ہی رہ جاتی ہے۔ ایسے میں ڈاکٹر صاحبان زیادہ

سے زیادہ یہ کر سکتے ہیں کہ مریض کو مصنوعی طریقے سے ہارمونز استعمال کرائیں اور موت کے قدموں کی آہٹ کو دھم کر دیں۔

اگر ہماری کارکردگی میں سست رفتاری پیدا ہو جائے تو انسان کی زندگی کا چراغ بجھنے کے قریب ہو جاتا ہے۔ ایسے میں انسان جلد ہی ہڈیوں کے ڈھانچے میں تبدیل ہو جائے گا۔

آپ کے لڑکپن کے دنوں میں اگر میری کارکردگی اعتدال سے تجاوز کر جاتی تو آپ کی زندگی ایسی خوبصورت نہ رہتی جس قدر حسین آج ہے۔ ایک نو دس سال کے بچے کے زندگی میں اگر ایسا المیہ رونما ہو جاتی تو نتائج انتہائی اذیت ناک ہوتے ہیں۔ میری بے اعتدالی کے سبب وہ معصوم بچہ اس عمر میں ایک چھوٹے سے کھل آدمی میں تبدیل ہو سکتا تھا۔ اس کی آواز بھاری ہو جاتی، رخسار داڑھی سے بھر جاتے۔ اس کے اعضاء ایک بالغ انسان کے اعضاء میں تبدیل ہو جاتے۔ ہڈیوں کے سرے جو ایک خاص صر تک بڑھتے رہتے ہیں، ان میں مزید نشوونما کی صلاحیتیں ختم ہو جاتیں اور وہ معصوم، پھول ایسا بچہ ہمیشہ کے لیے ایک بد ہیبت ہونے میں تبدیل ہو جاتا۔ اس کی زندگی کی مشکلات کا آپ اندازہ کر سکتے ہیں!

آپ زندگی کے ان دنوں میں اس خطرے سے محفوظ رہے اور آج ایک نارمل، صحت مند اور پرسکون زندگی گزار رہے ہیں تو اس کا سبب میری اور میرے ساتھی کی وہ خدمات ہیں جن سے ایک عام آدمی ہمیشہ لاعلم ہی رہتا ہے اور جسے علم ہوتا ہے وہ بھی شکر کی جانب متوجہ نہیں ہوتا۔ وہ ہماری ان خدمات کو اپنا حق سمجھتا ہے۔

پاکستان سوسائٹی

160



## Adrenal gland



ہارمونز تیار کرنے کے قابل نہیں رہتا۔

درحقیقت میں ہارمونز کے دو بنیادی سینت تیار کرتا ہوں۔ ان میں سے ایک سیٹ میرا اوپری حصہ یعنی میڈولا (Medulla) تیار کرتا ہے اور دوسرا سینت میرے اندرونی حصے (Cortex) میں تیار ہوتا ہے۔ میرے اوپری حصے کی ایک انفرادی صلاحیت یہ ہے کہ اس کا تعلق براہ راست دماغ سے ہوتا ہے اسی لیے جب آپ شدید جذباتی دباؤ، اچانک آنے والے غصے یا زبردست خوف میں مبتلا ہوتے ہیں تو اس کی اطلاع میرے اوپری حصے میڈولا کو فوری اور براہ راست موصول ہوتی ہے۔ اس وقت میرے لیے یہ بات واضح نہیں ہوتی کہ ان حالات میں آپ کیا کریں گے....؟ اسی لیے میں دیر جنسی کا سگنل ملنے ہی آپ کو ہر طرح کے رد عمل اور تمام ممکنہ اقدامات کے لیے تیار کر دیتا ہوں۔ یعنی آپ کو جنگ یا فرار دونوں کے لیے تیار کرنا میری ہی ذمہ داری ہے۔

(حسابی ہے)



ایک طویل عرصے تک ڈاکٹر اور سائنس دان مجھے صرف ایک ”پرسرار غدود“ سمجھتے رہے۔ وہ صرف اتنا جانتے تھے کہ میری عدم موجودگی انسان کو موت کے گھاٹ اتار سکتی ہے۔ انسان کے جسم میں میرا کیا کردار ہے، میں کیا خدمات انجام دیتا ہوں، یہ سب باتیں انہیں معلوم نہیں تھیں۔ پھر ایسا دور آیا کہ کیمیا دانوں نے میری گونا گوں صلاحیتوں کو ایک ایک کر کے دریافت کرنا شروع کیا۔ اسی دوران میں جب انہوں نے میرے ”کارٹی زول“ جیسے ہارمونز کو دریافت کیا تو ان کی حیرت کی انتہا نہ رہی۔

عقل کو ششدر کر دینے والا یہ ہارمون جسم سے کم از کم سو سے زیادہ بیماریوں کو دور کرنے کی بھرپور صلاحیت رکھتا ہے۔ بڑی آنت کا السر، آنتی اور دے جھنکی اذیت ناک بیماریاں بھی انہی میں شامل ہیں۔ میرے اندر خون کی نالیوں کا جس قدر بڑا جان پھیلا ہوا ہے وہ کسی اور عضو میں موجود نہیں۔ ہر پینتالیس سیکنڈ کے بعد مجھے میرے وزن سے چھ گنا زیادہ تازہ خون فراہم کیا جاتا ہے۔ میں خون کو استور کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔

اگرچہ میرے وجود کا دس فیصد حصہ بھی آپ کے ہارمونز کی ضروریات پوری کرنے کے لیے کافی ہے لیکن اگر میں سکڑ کر دس فیصد کے برابر ہو جاؤں تو انسان شدید دباؤ میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ ایسے میں اگر کسی اور وجہ سے بڑے آپریشن کی ضرورت پیش آجائے تو زندگی کے امکانات تقریباً معدوم ہوتے ہیں کیونکہ میرے کارخانوں کی پیداواری استعداد کم ہونے کی وجہ سے میں زندگی بچانے والے انسانی

مارچ 2015ء



# سبب اللہ

ترجمہ ”ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے۔“  
(سورہ آل عمران: آیت 173)

سراقبہ ہال ملتان  
نگران: کنور محمد طارق عظیمی  
947/A، ممتاز آباد پی سی جی چوک، ملتان  
پوسٹ کوڈ: 60600  
فون نمبر: 061-6525331

Copied from web



# کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبہ کے موضوع پر سائنسی ہماراؤں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اُخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبہ سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے روش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان حقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبہ سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبہ کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور وقتی صلاحیتوں کو نکال آتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبہ کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔ ان صفحات پر ہم مراقبہ کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبہ کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبہ کے ذریعے اپنی شخصیت اور وقتی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈیٹر میں پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ

روحانی ڈائجسٹ 1/7، D-1، ناظم آباد۔ کراچی 74800



Copy



میرے سینے میں جو الاؤسلگ رہا تھا اس کی شدت شاید کوئی محسوس کر ہی نہیں سکتا۔ محبت ہر انسان کرتا ہے میں نے بھی کی مگر میری محبت طرز، حیرت اور مذاق کا نشانہ بن گئی۔

وہ جو آنکھیں رکھتے ہیں، مجھے دیکھ کر ہنستے تھے۔ ان میں کچھ تو طنزیہ انداز میں قہقہے بھی لگاتے تھے۔ وہ میرے متعلق بڑی عجیب و غریب کہانیاں سناتے تھے۔ لیکن میں جانتا ہوں کہ وہ کیا کہتے ہیں اور کون سی بات انہیں یوں بے اختیار قہقہے لگانے پر مجبور کرتی تھی۔

ان کے مجھ پر ہنسنے کی ایک وجہ یہ بھی تھی کہ میں ایک لڑکی سے محبت کرتا تھا۔ اس سے بڑھ کر یہ کہ میں نے اس سے شادی کر لی۔

میں پہلے محبوب اور پھر شوہر کیسے بنا...؟ یہی ایک کہانی ہے جس نے لوگوں کو میرا مذاق اڑانے کا موقع فراہم کیا۔ اگر آپ میری اس خوشگوار زندگی کے بارے میں کچھ جانتے کی ضرورت محسوس کریں گے، تو وہ آپ سے میری طرف دیکھنے کو کہیں گے... اچھا! ٹھیک ہے میں آپ کے سامنے کھڑا ہوتا ہوں۔ آپ خود دیکھیں مجھ میں ایسی کون سی عجیب بات ہے۔ آخر کار میں ایک انسان ہوں۔ لیجیے میں بتاتا ہوں!

ٹانگیں غیر متناسب۔ میرا سر میری بد صورتی میں ایک اور اضافہ ہے۔ چہرے پر دو گہرے گڑھے ہیں جن میں دو گول گول آنکھیں بڑی عجیب سی لگ رہی ہیں۔ موٹی بھدی ناک اور لمبے لمبے دو کانوں کے درمیان تنگ سی پیشانی۔ بارہ برس کی عمر میں چچک

نقلی۔ تو چہرے پر کچھ اور نقش و نگار بن گئے۔ بچپن میں گر پڑا، تو وائیں ٹانگ سے لنگڑا ہو گیا... ہاں! میں بالقی بد صورتی کا مرقع ہوں۔ ایک مرتبہ سڑک کے ساتھ ساتھ چلتے ہوئے میں نے ایک آدمی کو کہتے سنا تھا۔ ”یہ آدمی مجھے کسی کپڑے کی یاد دلاتا ہے۔“ حالانکہ میری پشت پر کوہاں نہیں ہے۔ پھر بھی میں نے کبھی اس طنز پر احتجاج نہیں کیا۔

میں راہ چلتی عورتوں کو دیکھ کر چھوٹی موٹی کے بچوں کی طرح سکر جاتا تھا۔ وجہ یہ تھی کہ وہ مجھ پر نگاہ پڑتے ہی نفرت سے منہ پھیر لیتی تھیں... اور جب وہ مجھے انسان تسلیم کرنے اور میرے احساسات کی قدر کرنے سے انکار کر دیتی تو مجھے لپٹی بے بسی اور کم ہمتی کا احساس ہوتا تھا۔

میرے والد میرے ہوش سنبھالنے سے قبل ہی انتقال کر گئے اور اب گھر میں صرف میری بوڑھی ماں ہے۔

میری اس کیفیت میں وراثت کا کتنا عمل دخل ہے...؟ میری اس کریمہ اور بے ذہب تحقیق کا کون ذمہ دار ہے...؟ میرا باپ...؟ میری ماں...؟ نہیں! میں کسی کو الزام نہیں دے سکتا۔ میں انہیں کیوں الزام دوں...؟ میں پندہ ہوا تھا۔ اگر انہیں خبر ہوتی کہ ان کا بچہ ایسا ہو گا، تو وہ شاید میری کبھی تمنا نہ کرتے۔

میں جیسا بھی تھا، میری ماں کی خواہش تھی کہ یہ درخت تناور ہو اور اس کی شاخیں پھلیں پھولیں۔ ایک دن اس نے مجھ سے کہا۔

”بیٹے! کیا تم ایک بخاری سی ولبن گھر

تو بنانا چاہتے ہو؟



نہیں لاؤ گے۔۔۔؟“

میں نے جھنجھکتے ہوئے کہا۔ ”ہاں، ماں! یقیناً میرے لیے دلہن تو آپ ہی ڈھونڈ کر لائیں گی۔“  
میں رہائی میں ماں سے یہ بات تو کہہ گیا مگر سوچنے لگا کہ ماں کی خواہش کیسے پوری ہوگی۔ مجھ سے کون شادی کرے گا۔

میرنی رضامندی پر ماں نے بہو گھر میں لانے کی کوششیں تیز کر دیں۔ ہمارے دور کے عزیزوں میں ایک اندھی لڑکی تھی۔ ماں کی بہو لانے کی خواہش پر خاندان کی خواتین نے مشورہ دیا کہ اس اندھی لڑکی سے میری شادی کر دی جائے۔ مگر ماں نہیں مان رہی تھی۔ لوگوں کے اصرار پر میری ملاقات لیلا سے کروائی گئی۔ میں اللہ میں کی اور احساس محرومی کا مارا ہوا انسان لیلا سے صرف یہ پوچھ سکا کہ کیا تم نے میری بد صورتی کا تذکرہ سنا ہے۔ وہ بولی ہاں۔ میں نے کہا تم پھر بھی مجھ سے شادی کرنے پر تیار ہوں۔ وہ بولی اصل میں انسان کا تن نہیں من اجلا ہونا چاہیے میں نے جتنا تمہارے بارے میں سنا ہے اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ تم اپنی شکل و صورت سے پریشان نہیں ہو بلکہ لوگوں کے طنزیہ تیر تمہیں گھناہل کر رہے ہیں۔ یہ ہی حال میرا بھی ہے۔ مجھے لیلا کی باتیں اچھی لگیں۔ ماں نے نہ چاہتے ہوئے بھی میری شادی لیلا سے کر دی۔ لیلا بہت صابر و شاکر لڑکی ہے مگر زندگی کی گاڑی صبر و شکر سے تھوڑی چلتی ہے۔ اب مجھے گھر چلانے کے لیے وسائل کی ضرورت تھی۔ اعتماد اور یکسوئی کی کمی کی وجہ سے ہر جگہ ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا تھا۔ اب مجھے اپنی بد صورتی سے زیادہ اپنے

نفسیاتی مسائل کا اور اک ہوا جو کہ مجھے پریشان کر رہے تھے مگر ان مسائل سے نکلنے کی صورت دکھائی نہیں دے رہی تھی۔ میرنی بیوی لیلا مایوسی میں میرا حوصلہ بڑھایا کرتی۔ اس نے اپنے والد سے بھی میری پریشانی کے متعلق بات کی تھی۔

ایک روز لیلا کے والد مجھے ایک دوست کے پاس لے گئے جو کہ ایک ہیلتھ کارا اور چار بے تھے۔ میں نے انہیں سلام کیا تو یوں محسوس ہوا کہ ہال میں موجود تمام لوگ مجھے دیکھ کر طنزیہ مسکرا رہے ہیں۔ میں پسینے میں بھیگ گیا۔ تقریباً فرش میں گڑنی ہوئی تھی۔

والد کے دوست نے میری خاموشی کو توڑتے ہوئے کہا بیٹا! میں آپ کی تمام روادار سن چکا ہوں۔ آپ مایوس مت ہوں۔ انسان اپنے جسم سے بچانا جاتا ہے مگر اس کی پہچان اس کا من کرنا ہے۔ یعنی ذہنی صلاحیتیں اور اعتماد۔ جب آپ میں ذہنی صلاحیتیں پیدا ہوں گی تو نوگ۔ آپ کے قد کاٹھ کے بجائے آپ کی صلاحیتوں کا ذکر کریں گے۔

میں بے ہنگام ہوئے کہا۔ میں کتنی بھی کوشش کروں مگر میرے کام پر میرا یہ بے ذہب جسم غالب آجاتا ہے۔ کسی چیز پر توجہ مرکوز نہیں رکھ پاتا۔ لوگوں کا سامنا کرتے ہوئے مشکل ہوتی ہے۔ گھر سے نکلے ہوئے طنزیہ تیر میرے ہمسفر ہوتے ہیں اور وہی میں گھر تک میرا پیچھا کرتے ہیں۔ والد صاحب (سر) کے دوست انتہائی شفقت سے بولے۔ بنیاد میں ایسے لاکھوں نوگ ہیں جنہوں نے اپنی صلاحیتوں کے بل بوتے پر نام کمایا۔ آپ بھی لوگوں میں اپنا نام پیدا کر سکتے ہو۔ صرف اپنی



مراقبہ میں پہلے بھی کر چکا ہوں مگر دقت کے زیاں کے موا کچھ حاصل نہ ہوا۔ انہوں نے کہا دیکھو.....! ہر عمل کو کرنے کے کچھ اصول ہوا کرتے ہیں۔ بعض اوقات ہم کوئی کام کرتے ہیں تو اس کا نتیجہ فوراً چاہتے ہیں اور اس کام کے اصولوں کو فراموش کر دیتے ہیں۔ مراقبہ سے بہتر نتیجہ حاصل کرنے کے لیے بھی یکسوئی، صبر اور برداشت کا ہونا بہت ضروری ہے۔ انہوں نے مجھے مراقبہ کے اصول بتائے اور طریقہ ذہن نشین کروایا۔

اس مرتبہ مراقبہ سے بہت سے فوائد کی امید تھی مگر ذہن میں یہ ہی تھا کہ فوراً فوائد حاصل ہو جائیں جو نہیں ہوئے۔ ایک دو تین یہاں تک کہ کئی دن گزر گئے۔ مگر کوئی کیفیت ظاہر نہ ہوئی۔ اس دوران میں نے کئی بار میں ہیلتھ سینٹر کے ٹیچر سے بھی رابطہ کیا انہوں نے کئی مفید مشورہاں سے نوازا اور دعا کے ساتھ حوصلہ افزائی بھی کی۔

ایک روز مراقبہ میں کانوں میں شور مچا اور سنائی دی۔ شور بندھ ہوئے لگا اور اس حد تک بلند ہوا کہ سر پھٹا ہوا محسوس ہوا۔

ایک روز مراقبہ میں بیٹھا تو دور سامنے نظر آنے لگے۔ یہ سامنے آہستہ آہستہ قریب آنے لگے۔ یہ چھوٹے چھوٹے قد کے بہت سے ادگ تھے اور کبھی انجانی زبان میں گفتگو کر رہے تھے۔ ان کی گفتگو بہت انداز دیہ ہو رہا تھا کہ ان کو تمام باتوں کا محور میں ہوں۔ زندگی میں زیادہ تر خوف، پریشانی اور غم سے گزارا ہوں۔ لہذا ہر چیز میں پہلے خوف اور غم آتا ہے۔

فیضانِ حیات

صلاحیتوں کے بل بوتے پر.... اس کے لیے مجھے کیا کرنا ہو گا....؟ میں نے ڈرتے ڈرتے سوال کیا۔

بیٹا! سب سے پہلے تو اپنی ذہنی کیفیت میں ٹھہراؤ لاؤ پھر ذہن کو یکسو کرو۔

کامیابی کے اسباب میں سے ایک اہم سبب یکسوئی Concentration ہے۔ فکر کو ایک ہی نقطہ کی طرف لگائے رکھنے کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ تمام ذہنی صلاحیتیں ایک ہی طرف متوجہ رہتی ہیں جس کے مقابلے میں سخت سے سخت رکاوٹ بھی اکٹری جاتی ہے۔

کامیابی حاصل کرنے میں یکسوئی کا وہی کردار ہے جو کسی بوجھ کو اٹھانے میں "لیور" کا ہوتا ہے۔ لیور کا اصول یہ ہے کہ طاقتیں ایک نقطے پر جمع ہو جاتی ہیں اور "لیور" ایک مناسب زور لگے کر بڑے اور بھاری جسم کو ہلانی اور اٹھائیے۔ اسی طرح فکر کو ایک ہی محور پر مرکوز کرنے سے بہت سی مشکلات دور ہو جاتی ہیں۔

ہمارے ذہن اور جسم کی کارکردگی ہڈی ہڈی کے قطروں کی طرح سے ہے کہ اگر ایک نقطہ پر جمع ہو جائیں تو چھوٹے سمندر کی شکل اختیار کر سکتے ہیں لیکن اگر منتشر اور پراکند ہو جائیں تو زمین میں غائب ہو جاتے ہیں۔

مگر ذہن یکسو ہو گا کیسے اور اس سے فائدہ کیا ہو گا....؟ میں نے حیرت اور تعجب سے پوچھا۔

بیٹا! میں نے اپنے تجربے سے یہ چیز اخذ کی ہے کہ یکسوئی اور ذہنی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے کے لیے مراقبہ سے بہتر اور کوئی شے نہیں۔ میں نے فوراً کہا



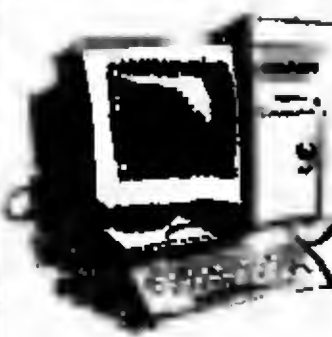
ہوتی۔ اپنی صلاحیتوں کا اور آگ ہونے لگا ہے۔

تیم کی حوصلہ افزائی کی وجہ سے آفس کے بعد پڑھائی کا سلسلہ بھی شروع کر رہا ہوں۔

مجھے اپنی ٹائف پارٹنر سے بہت زیادہ حوصلہ ملتا ہے۔ دو پرانی سے محرم ہونے کے باوجود اپنی اور میری زندگی میں خوشیوں کی ملاپ رہتی ہیں۔



ایسے تمام خواتین، حضرات اور خصوصاً



بیرون ممالک کے قارئین کرام جنہیں

ای میل کی سہولت

حاصل ہے۔ وہ روحانی تک راستہ زکب، قدح حق، بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، سائنس کارز Q&A، روحانی سوال جواب، روحانی ڈاک، محفل مراقبہ اور استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، افق سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈیویوشنس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی اپڈیٹ اپنی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریس پر آج کر کے ارسال کر سکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

اپنی ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا نام ضرور تحریر کریں۔

سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

یعنی خواب و خیال میں بھی خوف اور ڈر بیٹھا ہوا ہے۔ مراقبہ کے دوران بھی خوف محسوس ہوا کرتا تھا۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا۔ بہت بڑا میدان ہے۔ میدان پر انتہائی سلیقے سے گہری سبز گھاس اگائی گئی ہے میں نیچے پاؤں گھاس پر چل رہا ہوں صبح کا وقت ہے۔ ننھے شبنم کے قطرے حیرتوں سے لپٹ کر زمین کو سکون پہنچا رہے ہیں۔

ایک روز مراقبہ میں خود کو بڑے بڑے درختوں کے درمیان پایا۔ درختوں پر رنگ برنگی پرندے اپنی سریلی آواز میں گارے ہیں اور اچھل کود کر رہے ہیں۔ ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ فضا گہرے بادلوں سے ڈھکی ہوئی ہے۔ کچھ دیر میں بارش شروع ہو جاتی ہے۔ تیز بارش مسلسل کئی گھنٹے تک ہوتی رہی ہے۔ جب بارش بند ہوتی ہے تو تمام فضا وحل کر صاف ستھری ہو جاتی ہے۔

ایک دن مراقبہ میں خود کو ایک نیلے پانی کی خوبصورت جھیل کے کنارے پایا۔ جھیل کا پانی انتہائی شفاف ہے۔ رنگ برنگی کی مچھلیاں پانی میں تیرتی ہوئی دکھائی دے رہی ہیں۔ فضا میں ہزاروں کی تعداد میں پرندے محور پرہاز ہیں۔ کئی پرندے جھیل پر خوراک کے لیے اتر رہے ہیں۔

چند ہفتوں تک مسلسل مراقبہ کرتے رہنے سے اب ذہنی یکسوئی بہت بہتر ہوئی ہے۔ خود اعتمادی کی وجہ سے نوجوانوں کی باتوں پر زیادہ دھیان نہیں دیتا۔ اللہ کے فضل سے ایک ادارے میں ملازم بھی ہو گیا ہوں۔ اب بھی بہت لوگ کئی مرحلہ مجھے مڑ مڑ کر دیکھتے ہیں مگر اب پہلے کی طرح ذہنی کیفیت نہیں

مارچ 2015ء



## توحید و رسالت

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کر رہا ہے کہ انسان مخلوق ہے۔ مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

مٹانے والین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ اہل کفر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں۔ یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادمی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لڑ رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آ رہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔ انسانیت کی بقا کے رائج قومیہ باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اسے تو ان لوگوں پر دربار کی عبادت کر رہا جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر میرا کاربن جاف۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسا کر تمہارے گھسٹے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورہ بقرہ: 21-22)

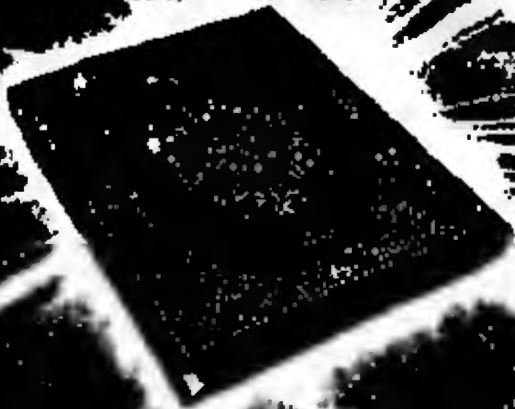
خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا ”یا رسول اللہ ﷺ! تو سنا کہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟“.....  
آپ ﷺ نے فرمایا ”یہ کہ تم اللہ سے ساتھ کسی کو شریک نہ کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے۔“  
(صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول، صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور احد الاشریک ماننا، اللہ سے آخری نبیؐ حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوتؐ کی زبان اور دل سے قبول کرنا ایسے مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدہ توحید و رسالت اور ختم نبوتؐ میں غیر اعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندہ خدا



# قرآنی انسانیت کی پیدائش



ستر آن پاک۔ رشد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو ابد تک۔ یہ دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ ستر آئی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراطِ مستقیم و کھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کرتی ہیں۔

## بَیِّنَات

لغوی اعتبار سے کسی چیز کا جُدا یا الگ الگ ہونا کسی چیز کا الگ سے ظاہر ہونا بین کے معنوں میں استعمال ہوتا ہے۔

کسی بات کا کھل کر سامنے آ جانا، کھلی آنکھوں سے ظاہر ہو جانا، وضع ہو جانا بھی بین کے معنی میں آتا ہے، کسی مسئلہ کا اظہار اور وضاحت بیان کہلاتی ہے اور ایسی دلیل کو جو عقلی طور پر واضح و بینات کہا جاتا ہے۔ قرآن مجید میں لفظ بَیِّنَات 52 مرتبہ آیا ہے۔

بینہ اور بینات قرآن میں معجزہ کے مفہوم کی وضاحت کے لئے بھی استعمال ہوا ہے۔ بینہ ایسی کھلی دلیل کو کہتے ہیں جو فریقِ مخالف و انکار کی صورت میں حجت و ثبوت کے طور پر پیش کی جائے۔ اس لحاظ سے اس کا اطلاق معجزہ پر بھی ہوتا ہے۔ جب اس لفظ کے ساتھ آیت کا لفظ بھی آجائے تو اس معنی کی مزید تائید بھی ہوتی ہے اور اس مفہوم کو تقویت بھی عطا ہوتی ہے۔

قرآن کے اسلوب کا ایک منفرد وصف یہ بھی ہے کہ اس میں محجک سے محجک مسئلہ بھی کھول کھول کر بیان کیا گیا ہے تاکہ ذہنِ انسانی پر ہر مسئلہ اور مسئلے کا ہر پہلو اچھی طرح واضح ہو جائے۔ چنانچہ قرآن مجید میں ان دلیلوں کو آٹھ آیات بینات اور بعض مقامات پر صرف بینات کے الفاظ سے



بیان کیا گیا ہے۔

ترجمہ: ”کیا انہیں ان لوگوں کی خبر نہیں ملی جو ان سے پہلے گزر چکے ہیں (جیسے) نوح کی قوم، اور عاد و ثمود اور ابراہیم کی قوم! اور مدین والے اور وہ جن کی بستیوں الٹ دی گئی تھیں (قوم لوط) ان کے پاس ان کے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (بیمناہ) (معجزات) لے کر آئے تھے۔ (مکروہ اپنی گمراہی سے باز نہ آئے)۔ اللہ تو ایسا نہ تھا کہ ان پر ظلم کرتا مگر وہ خود ہی اپنے اوپر ظلم کرتے تھے۔“ [سورہ توبہ (9) آیت: 70]

ترجمہ: ”بیک تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ایک روشن دلیل (بیمناہ) آگئی ہے۔ یہ اللہ کی آٹھن تمہارے لئے نشانی ہے۔“ [سورہ اعراف (7) : آیت 173]

ترجمہ: ”اور ہم نے موسیٰ کو نوروشن (بیمناہ) نشانیاں دیں۔“ [سورہ بقرہ (2) آیت: 173] اور عیسیٰ بن مریم کو کلمے نشانیاں (بیمناہ) بخشے اور روح القدس (یعنی جبرئیل) سے ان کو مدد دی۔“ [سورہ بقرہ (2) آیت: 87]

ترجمہ: ”اور جب ان کے پیغمبر ان کے پاس کھلی نشانیاں (بیمناہ) لے کر آئے تو جو علم (اپنے خیال میں) ان کے پاس تھا اس پر اترانے لگے اور جس چیز سے تمسخر کیا کرتے تھے اس نے ان کو آکھیرا۔“ [سورہ مؤمن (40) آیت: 83]

ترجمہ: ”یہ وہ لوگ ہیں جنہوں نے کہا کہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں حکم دیا ہے کہ کسی رسول کو نہ مانیں جب تک کہ وہ ہمارے پاس ایسی قربانی نہ لائے جسے آگٹ کھا جائے آپ کہہ دیجئے کہ اگر تم سچے ہو تو مجھ سے پہلے تمہارے پاس جو رسول دیگر معجزوں (بیمناہ) کے ساتھ یہ بھی لائے جسے تم کہہ رہے ہو پھر تم نے انہیں کیوں مار ڈالا۔ پھر اگر یہ لوگ تم کو سچا نہ سمجھیں تو تم سے پہلے بہت سے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (بیمناہ) اور صحیفے اور روشن نشانیاں لے کر آچکے ہیں اور لوگوں نے ان کو بھی سچا نہیں سمجھا۔“ [سورہ آل عمران 3 آیت: 183-184]



قرآن حکیم کی مقدس آیات و احادیث نبوی آپ کی روحانی اور علمی معلومات میں اضافے اور تبلیغ کے لئے شائع کی جاتی ہیں۔ ان کا احترام آپ پر فرض ہے۔



# روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور شیخ خواجہ شمس الدین عظیمی دہلوی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔  
برائے مہربانی جوابی لغافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - 17-D، 1، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: دنیا میں افراتفری کا ایک عالم برپا ہے ہر شخص کسی نہ کسی الجھن میں گرفتار ہے، ذہنی سکوت ختم ہو گیا ہے۔ عدم تحفظ کے احساس سے عزت و فلاح کے سائے گہرے اور دبیز ہو گئے ہیں۔ اخبارات میں آئے درجہ حادثات اور انسانوں کی قیمتی جانیں ضائع ہونے کی خبریں شائع ہوتی رہتی ہیں کبھی بموں کے دھماکے کبھی فلک بوس عذرتوں کے سرنگوں ہونے اور لہجے کے نیچے بند کال خدائے ہلاک ہونے کی دلدوز اور وحشت اثر خبریں ہمارے سامنے آتی ہیں وغیرہ وغیرہ اس کا سبب کیا ہے اور ایسے عالم میں دنیا میں پیار و محبت، یکجہت اور اجتماعی سکوت کس طرح ممکن ہے؟

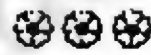
(فہد حسن - کراچی)

جواب: جو کچھ آپ نے تحریر کیا ہے اس سے یہ اندازہ لگتا دھواں نہیں ہے کہ ہم آفات ارضی و سماوی کی یلغار کی زد میں ہیں بظاہر ان المناک واقعات کے وقوع پذیر ہونے کی یہ توجیہ پیش کی جاسکتی ہے کہ تعمیر کنندگان کی ہوس زر کی وجہ سے یہ نوبت آئی ہے یا زمین کے اندر رد و بدل اس کا سبب ہے۔ یہ باتیں بظاہر کتنی ہی معقول اور وزنی ہوں لیکن اگر ایک راسخ العقیدہ مسلمان کی حیثیت سے دیکھا جائے تو انسانی معاشرہ میں آباد لوگوں کے جرائم اور خطا کاریاں ارضی و سماوی آفات اور بلاؤں کو دعوت دیتی ہیں۔ جب کوئی قوم قانون خداوندی سے انحراف و گریز کرتی ہے اور خیر و شر کی تفریق کو نظر انداز کر کے قانون فتنی کا ارتکاب کرنے لگتی ہے تو افراد کے یقین کی قوتوں میں اضطلال شروع ہو جاتا ہے تو ایک وقت ایسا آتا ہے کہ یقین کی قوتوں میں اضطلال شروع



ہو جاتا ہے۔ رفتہ رفتہ یقین کی قوت بالکل معدوم ہو جاتی ہے اور عقائد میں شک اور وسوسہ بر آتے ہیں۔ اس تشکیک اور بے یقینی کی بناء پر قوم توہمات میں مبتلا ہو جاتی ہے۔ توہماتی قوتوں کے غلبے سے انسان کے اندر طرح طرح کے اندیشے اور وسوسے پیدا ہونے لگتے ہیں جس کا منطقی نتیجہ ترس و ہراس پھیل جاتا ہے۔ یہ ترس و ہراس انسان کو اس مقام پر لے جاتی ہے جہاں سبب یقینی اور توہماتی قوتیں مکمل طور پر اس کو سمجھنے میں جکڑ لیتی ہیں۔ یہاں وہ مقام ہے جہاں انسان زندگی کی حقیقی مسرتوں سے محروم ہو جاتا ہے اور اس کی حیات کا محور اللہ تعالیٰ کی بجائے ظاہری اور مادی وسائل بن جاتے ہیں اور جب کسی قوم کا انحصار درہست مادی وسائل پر ہو جاتا ہے تو آفات ارضی و سماوی کا لائق سلسلہ عمل میں آئے لگتا ہے۔ نتیجتاً افراتفری کا عالم پر پار ہوتا ہے۔ قوموں کے افراد کسی نہ کسی شکل میں الجھنوں کا شکار رہتے ہیں۔ عدم تحفظ کا احساس اس قدر بڑھ جاتا ہے کہ بھائی بھائی سے خوف کھانے لگتا ہے۔ حتیٰ کہ اپنا سامیہ بھی اسے ایک ذرا ناگوار لانا نظر آتا ہے۔ خونوں کی رنگت میں سفیدی آ جاتی ہے اور بھائی بھائی کی قیمتی جان ضائع کرنے میں بہانہ تلاش کرتا ہے اور ان طرح ایک جرم اسے کئی زیادہ جرم کرنے کا مرکب کرتا ہے۔ علیٰ ہذا التیاس ہذا یعنی نسوین تبادہ پر باد ہو جاتا ہے۔

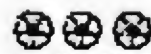
ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہیے کہ اللہ تعالیٰ شہد ہے یقینی کو دہاش میں جگہ دینے سے منع فرماتے ہیں۔ یہ وہی شک اور وسوسہ ہے جس سے آدم کو باز رہنے کا قصہ دیا گیا تھا۔ بالآخر شیطان نے بیکار آدم کو شک اور بے یقینی میں گرفتار بلا کر دیا جس کے سبب آدم کو دوزخ کی نعمتوں سے محروم ہونا پڑا۔ شک و وسوسہ ہی دراصل انفرادی اور اجتماعی زندگیوں کی تباہ کاریوں کا سبب بنتا ہے۔



سوال: اہرام مصر کب اور کیوں تعمیر ہوئے؟ .... وہ کون کب بنائے گئے تھے جس کے ذریعے نون دوزخ لاکھوں پتھروں کو میلوت سے دور لے کر تباہ کیا اور انہیں تیس چالیس فٹ کے بلند قعر پر نصب کیا گیا۔ (سمیرا غنی۔ کراچی)

جواب: خیالات کی لبروں کے غم سے واقف سائنسدان "مپ" (Rampa) نے آثار قدیمہ کے ماہرین کے اصرار پر یہ اکتشاف کیا ہے کہ تیس ہزار سال پہلے کے دو نوک جنہوں نے اہرام مصر بنائے ہیں ان کے سائنسدانوں سے زیادہ ترقی یافتہ تھے۔ اور وہ ایسی ایجادات میں کامیاب ہو گئے تھے جن کے ذریعے پتھروں سے کشش ثقل ختم کر دی جاتی تھی۔ کشش ثقل ختم ہو جانے کے بعد پتھر نون دوزخ پٹان ایک آدمی ان طرح اٹھا سکتا تھا جیسے پروں سے بھرا ہوا ایک غریب۔ ان طرین اولف (Occult) سائنس کی دنیا میں ایک شخصیت ایڈمرکس کے مطابق ان پتھروں کو ہوا میں تیرا (Float) سمجھو جگہ پر بھیجا گیا ہے۔

اہرام مصر کے سلسلے میں ان دانشوروں نے جو جوتو کہا ہے وہ لبروں کی عقلی کے اس قانون کے مطابق ہے جس کو ٹیلی ٹیٹھی کہا جاتا ہے۔





# خطبات عظیمی

کاہن آپ کے شعور کو اس

بات سے مطلع نہیں کرے گا کہ آپ کو اب نیند کی ضرورت ہے، آپ سو نہیں سکتے۔ انتہا یہ ہے کہ اگر آپ کو سونے کی گولیاں Sleeping Pills بھی دی جائیں تو پھر بھی آپ کو نیند نہیں آئے گی۔ نیند کی گولی دینے کا مطلب یہی یہ ہوتا ہے کہ جو انفارمیشن آپ کو سنائی ہے وہ متحرک ہو جائے۔ زندگی کا کوئی ایک عمل پیدا ہونے سے لے کر موت تک ایسا نہیں ہے جو آپ خیال آئے بغیر کر سکیں۔

خیال ایک اطلاع ہے۔ انسان کے اندر ایک ایسی انجینسری ہے جو انجینسری انفارمیشن قبول کرتی ہے اور انفارمیشن جس جسم کی ہوتی ہے اس جسم کے تاثرات قائم ہو جاتے ہیں۔ مثلاً ایک آدمی گھر میں بیٹھا ہے، اس کو ایک بری اطلاع ملی... اللہ تعالیٰ سب کے بچوں کو

زندگی کا کوئی رخ ہو، سخت علم فی کارخ ہو، پہاڑی کا ہو، پریشانی کا ہو، خوشی کا ہو، احسان کثرتی یا احساس برتری کا رخ ہو۔ یہ تمام اعمال، تاثرات، جذبات خیالات کے تابع ہیں۔ سات ارب آبادی میں ایک انسان بھی اس بات سے انکار نہیں کر سکتا کہ اس کی زندگی کا دارومدار خیالات کے اوپر ہے۔ ذہن تک کسی چیز کے بارے میں خیال دار نہیں ہوتا۔ وہ چیز واقع نہیں ہوتی۔ اس کی بہت ساری مثالیں ہیں مثلاً ہم رات کو سوتے ہیں، صبح کو بیدار ہو جاتے ہیں۔ صبح کے معمولات میں ہمارا ایک معمول یہ ہے کہ ہمیں دفتر جانا ہے۔ اگر ہمیں بیدار ہونے کے بعد دفتر جانے کا خیال نہ آئے تو ہم دفتر نہیں جائیں گے۔

یہی حال کھانے پینے کا ہے۔ مریض کو بھوک نہیں لگتی.... مریض کھانا کیوں نہیں کھاتا؟ علیٰ ہذا القیاس زندگی کے جتنے بھی معمولات ہیں ان میں کوئی عمل ایسا نہیں ہے کہ جو خیال آئے بغیر انجام دیا جاسکے۔ کلیہ یہ بنا کہ زندگی کا دارومدار اس بات پر ہے کہ جب کوئی کام آپ کو چاہتا ہے تو پہلے آپ کو خیال آئے گا اور اس کے بعد آپ وہ عمل کریں گے۔ ہماری پوری زندگی اطلاعات پر قائم ہے۔ اگر آپ

جذبات کہاں بنتے ہیں؟ خیالات و تصورات جسم پر کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں؟

انسان کو اس بات کا اور اکٹ ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح کے تابع کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔

خیالات دماغ میں سے نہیں آتے... اگر آتے تو مردہ جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔



بمیں بخوبی اندازہ ہو گیا ہے کہ ہمارا جسمانی وجود جس کو ہم Physycial Body کہتے ہیں اس کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ اس کی حیثیت صرف اتنی ہے کہ رونے نے اس کو اپنا لباس بنایا ہوا ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنہ رہتی ہے، جسم میں حرکت رہتی ہے۔ یہ کیا بات ہوئی؟

بات یہ ہوئی کہ دنیا کے انسان Physical Body کو اصل سمجھتے ہوئے ہیں۔ جب کہ یہ اصل نہیں ہے۔ جب تک ہم اسے اصل سمجھتے رہیں گے ہم فکشن کی زندگی میں قید رہیں گے اور جب ہمارے اوپر یہ عقدہ کھل جائے گا کہ جس طرح کوٹ جسم کے بغیر حرکت نہیں کرتا، اسی طرح روح کے بغیر جسم حرکت نہیں کرتا تو ہم Fiction سے نکل کر Reality میں داخل ہو جائیں گے۔

جہاں Reality ہوتی ہے وہاں شک نہیں ہوتا۔ جہاں Fiction ہوتا ہے وہاں شک ہوتا ہے۔ جب تک انسان شک کی زندگی میں جکڑا رہے گا، تکلیف میں رہے گا۔ ہمتا زیاہ شک بڑھ جائے گا اسی مناسبت سے مزاج میں تبدیلی آتی رہے گی اور ایک وقت ایسا آئے گا کہ شعور غیر متوازن ہو جائے گا۔ جب شعور غیر متوازن ہو جائے گا تو طرح طرح کی بیماریاں پیدا ہو جائیں گی۔ سرگی، آسیب، سینر، ہل، ہل، شوکر، بے خوابی، بلڈ پریشر وغیرہ یہ سارے امراض اس بنیاد پر جنم لے رہے ہیں۔

Physical Body کو اصل سمجھ رہے ہیں۔ روحانیت کہتی ہے کہ انسان کو اس بات کا ادراک ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح سے تعلق کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔



www.paksociety.com

محفوظ رکھے.... کہ بچے کا ایکسٹنٹ ہو گیا۔ جیسے ہی یہ انفارمیشن ملے گی زندگی میں ایک لچل برپا ہو جائے گی۔ سوائے پریشانی کے اور کوئی بات ذہن میں نہیں آئے گی۔ آپ کو یہ اطلاع ملی کہ بیٹی اچھے نمبروں سے پاس ہو گئی ہے۔ ابھی آپ نے اس کی مارکس شیٹ نہیں دیکھی۔ بیٹی نے آکر بتایا بھی نہیں ہے لیکن اس انفارمیشن کے تاثرات خوشی کی شکل میں مرتب ہوں گے۔ مفہوم یہ نکلا کہ خوشی ہو یا غمی ہو اس کا تعلق انفارمیشن سے ہے۔

انفارمیشن کہاں سے آتی ہے؟

اس انفارمیشن کا تعلق روح سے ہے۔

روح سے جسم کا تعلق کیوں اور کس طرح ہے؟

ہم دیکھتے ہیں کہ روح جسم سے رشتہ توڑتی ہے تو کسی بھی انفارمیشن کا اثر جسم پر مرتب نہیں ہوتا۔

کیوں....؟

کان ہیں، دماغ بھی ہے۔

بات یہ ہے کہ روح نے اس Physical Body

سے اپنا رشتہ توڑ لیا ہے۔

اب ہم اس طرح کہیں گے کہ جب تک روح کا تعلق جسم سے رہتا ہے، اس وقت تک انفارمیشن رہتی ہے اور جیسے ہی روح کا جسم سے رشتہ منقطع ہو جاتا ہے انفارمیشن کا عمل ختم ہو جاتا ہے۔

ہم نیکھر میں بتا چکے ہیں کہ مادی جسم روح کا لباس ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنہ رہتی ہے، اس میں حرکت رہتی ہے۔ بلکہ دماغ خیالات آنے کا ذریعہ ہے۔

خیالات کہاں سے آتے ہیں؟

یہ بات تو آپ سمجھ گئے ہیں کہ خیالات دماغ سے نہیں آتے۔ اگر خیالات دماغ میں سے آتے تو مرد و جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔





مارچ 1990ء کے شمارے کا سرورق

اس ماہ کے مضامین میں حضرت یوسف، حضرت مانک بن دینار، صراطِ مستقیم، جبر اور صبر کا مقابلہ، آگ کا طوفان، مقامِ قلندر، حیات سے حیات، تولد، خسرو، ایک من وزنی تریوز، نیلی خوشی کیجیے، بخت و مولیٰ حضرت رقیہ، تاریخ اور عورت، لاکھوں کا پانسے کا پانسے، شبِ برات، ابدال حق قلندر بابا اولیاء کا عرس شریف، دعا جبکہ سلسلہ وار مضامین میں نورانی نور نبوت، آوازِ دوست، تاثرات، پیہ اسائیکویٹی، اینڈ ٹرکون تھا، محفل مراقبہ، اللہ رکھی، پراسرار آدمی اور آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب تحریر "تسوع" قارئین کے ذوقِ مطالعہ کے لیے دی جا رہی ہے۔

اللہ تعالیٰ کے وجود کی ایک بہت بڑی نشانی اس کائنات کی تمام اشیاء میں تسوع ہے۔ ہر چیز ایک ذاتِ حسن لیے ہوئے ہے۔ وہ حسن جو اس سے پہلے کسی چیز کو نصیب نہیں ہوا۔ مختلف

# تسوع

اقسام کے نباتات، نباتات حیوانات، وجود، جسم۔ ان نباتات میں ایک قسم دوسری قسم سے نہیں ملتی۔ ایک ہی زمین ہے ایک ہی آب و ہوا ایک ہی موسم لیکن مختلف رنگوں، مختلف ذائقوں اور مختلف شکلوں کی نباتات اُگ رہی ہیں۔

"اور زمین میں ایک دوسرے سے ملنے والے تھوڑے (جزیرے) ہیں، اور انکو دلوں نے بانٹیں جن میں بعض تو ایسے ہیں کہ ایک سے ملے اور چار دس تے ہو جاتے ہیں اور

یہی حالِ حیوانات کا ہے۔ یہ علاقے میں مختلف قسم کے حیوانات اور پھر ایک ہی قسم کے حیوانات کی شکل بھی آپس میں نہیں ملتیں۔ ہر جاندار اپنی جگہ پر تفتیش و تسویہ کا بہترین نمونہ ہے۔ ایک ہرن اپنی جگہ پر نہایت خوبصورت ہے لیکن خوبصورتی کا یہ پیمانہ اس کی ذات پر ختم نہیں ہو جاتا بلکہ اس کے ہم جنس جتنے بھی ہرن ہوں گے سب الگ الگ لیزائن اور



الگ الگ شکل و صورت لئے کھپید اہوں گے کسی کی شکل دوسرے ہر ن سے نہیں ملتی ہوگی اور سبھی درختوں کا نمونہ ہوں گے۔

عام طریقہ یہ ہے کہ کوئی چھوٹی سے چھوٹی یا بڑی فیکٹری کیوں نہ ہو اس میں تحقیقی اعتبار سے بہت بڑا مسئلہ نقش آرائی (Designing) کا ہوتا ہے۔

فیکٹری جتنی معمولی سطح کی ہوگی اس کی تیار کردہ اشیاء کے ڈیزائن اسی قدر کم ہوں گے اور فیکٹری جس قدر اعلیٰ درجہ کی ہوگی اس کی مصنوعات کے ڈیزائن اسی قدر زیادہ اور متنوع ہوں گے لیکن ہر فیکٹری محدود تعداد میں ڈیزائن رکھنے پر مجبور ہے۔ اس کے آرٹسٹوں کی صلاحیتیں اس قدر محدود ہیں کہ چند ڈیزائن بنالینے کے بعد وہ بغیر جھانکنے لگتے ہیں۔ بس آخر میں سبھی ہوتا ہے کہ ایک ڈیزائن چل نکلا اور تمام اشیاء اسی ڈیزائن کے سانچے میں ڈھلی ہوئی تیار ہو رہی ہیں۔ تمام اشیاء بالکل ایک جیسی شکل کی، وہ اشیاء کو بغیر خاص نشان لگائے رکھ دیجیے ان میں پہچان کرنا مشکل ہوگا۔ آخر کار تخلیق کے عمل میں اس قدر ہم رنگی (Monotony) پیدا ہو جاتی ہے کہ خود فیکٹری کے مالک و منتظم اسی ڈیزائن کو دیکھ کر تنگ آجاتے ہیں اور نئے ڈیزائن کی تیاری کے لیے بھاری رقمیں پیش کرتے ہیں۔

اب فطرت کے خلاق اعظم کی تحقیقی فنکاریوں کا تماشا دیکھیے۔ دنیا میں جتنی اشیاء بنائیں سب الگ الگ ڈیزائن کہ کوئی بڑے پیمانے پر تیاری (Mass Production) کا کاروبار نہیں ہے کہ سب اشیاء مجبوراً ایک ہی ڈیزائن کی بنانا پڑیں اور نئے ڈیزائن بنانے سے تخلیقی قوت عاجز آگئی ہو۔ اس تنوع کو قرآن مجید وجود خدا کی دلیل کے طور پر پیش کرتا ہے۔

”اور اس کی نشانیوں میں آسمانوں اور زمین کی

پیداائش اور زبانوں اور رنگوں کا اختلاف بھی سب سے بڑا شگ اس میں جاننے والوں کے لیے دلائل (توحید) ہیں۔ (الروم۔ 22)

یعنی زبانوں اور رنگوں کا اختلاف اس کے وجود کی نشانی ہے۔ دنیا میں ہزاروں سال سے کروڑہا انسان پیدا ہو رہے ہیں۔ ہر انسان علیحدہ شکل، علیحدہ بناوٹ رنگت لیے ہوئے ہے کسی انسان کی آواز دوسرے سے نہیں ملتی۔ وہی گلا ہے۔ ایک ہی قسم کی کیمیائی اجزاء سے مرکب، بناوٹ میں بھی ایک ہی ترتیب لیکن آواز ہمیشہ مختلف، بولیاں ہیں تو مختلف، زبانیں ہیں تو مختلف، گفتگو کا انداز ہے تو مختلف، ہر چیز نئے انداز پر دنیا حسن و درغنائی لیے ہوئے پیدا ہوئی ہے، اسے نئے سے نیا ڈیزائن۔ کوئی درخت اپنی شکل میں دوسرے درخت سے نہیں ملتا۔ کوئی پھول دوسرے پھول سے نہیں ملتا حتیٰ کہ ایک ہی پھول کی کوئی پتی کسی دوسری پتی کی ہم شکل اور ہم صورت نہیں۔

و کائنات جس میں کھربوں پتوں میں سے کوئی پتا صحیح طور پر دوسرے سے نہ ملتا ہو اور تخلیق تنوع کا نمائندہ ہوتا ہو اس قدر ہر طرف موجزن ہو، کیا خود اس بات کی نشانی نہیں ہے کہ اس رنگارنگ کائنات کا ایک ایسا خالق ہے جس کی تخلیقی قوت بے حد ہے کہ اسے اور جس کے بارے میں ہر صحیح العقل انسان یہ کہنے پر مجبور ہو۔

”نہیں بڑی شان والا ہے دو اللہ جو تمام صنائع سے زیادہ بڑھ کر صنایع ہے۔“

(المومنون۔ 14)

برگ درختیں ہر درخت پر نظر ہو شیار  
بروز تھے، فترت معرفت کردگار

تنوع میں نظم

حیوانات اور نباتات کے اس عظیم تنوع میں کمال  
نظم و ضبط بھی موجود ہے۔ ایک ماہر حیوانات رسل لویں

تخلیق و تہذیب



ماکسر کے محتاط انداز سے کے مطابق دولا کہ اقسام پودوں کی ہیں اور دس لاکھ اقسام حیوانات کی ہیں۔ ان دس لاکھ اقسام میں سے صرف ایک منصفی کو لے لیں تو اسے بھی بہت سے چھوٹے چھوٹے گروہوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے اور ہر منصف کی خصوصیات اس کے بر فرد میں ہیں گی ایک لمبی میں جو اوصاف ہیں وہ تمام دنیا کی لمبوں میں پائے جائیں گے۔

### نظریہ جین

دور جدید میں جین سے متعلق تحقیقات نے تو انسان کو حیرت میں ہی ڈال دیا ہے۔ جین تمام زندہ لشیاء کے خلیوں میں موجود اور ان کے جوہری ذرات کی ان ترتیبوں پر مشتمل ہوتے ہیں جنہیں خور، جین تک سے بھی نہیں دیکھا جاسکتا۔ یہی جین لشیاء کی ساخت، ان کی صفات اور ان کی وراثتی خصوصیات کے متین ہوتے ہیں۔ یہ انتہائی چھوٹے جراثیم جنہیں ہم جین کہتے ہیں ان دنیا کی تمام انسانی، حیوانی اور نباتاتی خصوصیات کے سرچشمے ہیں۔ اس میں شک نہیں کہ دنیا کے ہریوں، انسانوں کی انفرادی خصوصیات کے یہ بنیادی پیکر حجم میں اس قدر ہر یک ہیں کہ اگر ان سب کا اجتماع ممکن ہو تو ان کے لیے اگلی ہزار جڑ کافی ہو سکتی ہے لیکن یہ جین اپنے انکنت اسلاف کی تمام جسمانی وراثت، ان کی ذہنی، روحانی اور نفسیاتی خصوصیات اپنے وجود میں بحفاظت برقرار رکھتے اور انہیں پروان چڑھانے کی ناقابل یقین صلاحیت رکھتے ہیں۔

مگر وہ کیا چیز ہے جو محفوظ رکھی جاتی ہے اور وراثت کی شکل میں آگے کی نسلوں کو منتقل کر دی جاتی ہے....؟ وراثت سے متعلق اتنی صحیح ہدایت کس طرح اپنے اندر محفوظ رکھ لیتے ہیں....؟ ایک جین بے شمار نسلوں میں سفر کرتے ہوئے اپنی خصوصیات اور صفات کو بحفاظت برقرار رکھتا ہے اور ہر نسل میں اور ہر پیدائش کے عمل

میں دو اپنی سا جہ تارخ و ہر، تا چلا جاتا ہے۔ یہاں سوال پیدا ہوتا ہے کہ جین کو اتنی بار کی اور صحت کے ساتھ تخلیقی عمل پروان چڑھانے کی ہدایات کہاں سے ملتی ہیں....؟ وہ کون سی قوت ہے کہ اس کے احکام ان جین کے ذریعے خلیوں تک پوری صحت اور وفاداری سے تخلیقی جامہ پہنتے اور اپنے نتائج کی صحت اور تخلیق ثانی کی بازیوں میں ریاضی کی بار یک ترین اشکال کو آکھیں دکھاتے ہیں۔

بے چارے ڈاؤن اور اس کے ساتھیوں کو جین سے متعلق جدید تحقیقات کا کوئی علم نہ تھا۔ یہی وجہ ہے کہ نظریہ ارتقاء سے متعلق وہ اس مقام سے آگے نہ بڑھ سکے جہاں سے دراصل ارتقاء کی کہانی شروع ہوتی ہے وہ مقام غلبے کی معرفت کا ہے اور غلبے کی ساخت اور پھر جین کے عمل پر جب ہم غور کرتے ہیں تو ہمارا ذہن مادے کے اندھے بہر سے ارتقاء کی طرف نہیں جاتا بلکہ ایک خلاق عظیم کی طرف جاتا ہے جس نے ارب ہا بیلیونک خصوصیات کو ایک مثبت، بار یک اور انتہائی صحیح نظام کا پابند بنایا ہوا ہے۔ خلیوں کی ساخت اور جین کے عمل کا مطالعہ کرتے ہوئے یہ سوال بار بار ذہن میں ابھرتا ہے کہ ارتقاء ایک اول اور اندھی بہری قوت ہی کا نام ہے تو اتنے عظیم اجتماع مخلوقات، اتنے وسیع نوع میں اس قدر بار یک اور صحیح ترین تقسیم اور نظم و ضبط کہاں سے آگیا....؟

گندم از گندم بروید جوڑ جو  
(گندم کے بیج سے گندم ہی پیدا ہوگی اور جوڑ کے بیج سے جو)  
اور ہر گندم کا بیج اپنی خصوصیات کو اپنے جین کے ذریعے گندم کی اگلی فصل تک ٹھیک پہنچا دیتا ہے۔







وادی سوات کی  
خوبصورتی،  
رعنائی اور

شادابی کا انحصار دریائے

سوات پر ہے۔

دریائے سوات

ہی کی بدولت

سوات کی تمام

وادیاں قدزنی، حسن و

جمال کا مظہر و کھائی

دیتی ہیں اور اس کا ہر

# پاکستان



گوشہ سرسبز شاداب نظر آتا ہے۔ سوات کی تقریباً  
تمام قاعی ذکر وادیاں، دریائے سوات ہی کے  
کنارے آباد ہیں۔ ان میں اتروڑ، گہرال، اڈشو، مشل،  
گیشیر، کالام، بحرین، مدین، ہارٹویری، خواڑہ خیلہ،  
شین، چارباغ اور منگورہ شامل ہیں۔

دریائے سوات، وادی کالام سے لے کر ملاکنڈ  
کے بکلی گھر تک کا فاصلہ طے کرتا ہے، اس دوران یہ  
وسیع و عریض علاقے کو میراب کر کے اس کی شادابی  
اور رعنائی کا باعث بنا ہے۔

دریائے سوات اتنا ہی قدیم ہے، جتنی قدیم  
سوات کی خوبصورت سرزمین ہے۔ ہزاروں سال

قبل تو سوات اور بھی حسین اور دلکش تھا کہ اس وقت  
سوات جدید دور کی مشینی آلاتوں کی دست برد سے  
قطعی محفوظ تھا اور نہ صرف اس کی فضا میں پرکشش  
اور خوش رنگ پھولوں اور گھنے جنگلات کی وجہ سے  
معتبر تھیں بلکہ پوری وادی سوات



Copied from web



ایک اور مشہور چینی  
سیلنگ یون، 512ء میں  
کافرستان (جزال) سے  
ہوتا ہوا سوات آیا تھا، اس  
نے اپنے سفر نامے میں  
دریائے سوات کا ذکر  
”دریائے سوٹو“ کے نام  
سے کیا ہے۔ بعض ہرینی  
کتاب میں اس کے نام



”دریائے سوٹی“ یا سواستوس اور ”سولاس“ بھی  
میتے ہیں، جو چار ہزار سال قدیم زمانے سے تعلق رکھتے  
ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس دریا کے نام کی مناسبت سے اس  
محلے کا نام بھی ”سوٹی“ یا ”سواسی“ مشہور تھا جو بعد  
میں ”سول“ یا ”سوات“ میں تبدیل ہو گیا۔ ہرینی  
کتاب میں سوات کا ایک قدیم نام ”اوڈینہ“ بھی مذکور  
ہے جس کے معنی ہیں ”بان“ یا ”گلستان“۔ دریائے  
سوات و سنکرت میں ”گورن“ کا نام بھی دیا گیا ہے۔  
دریائے سوات کی جنوبی لمبائی ”کالام“ سے قطع  
چار سہ میں ”لے“ تک تقریباً 12 کلو میٹر بنتی ہے۔ یہ  
نہیں دریا اپنا سفر اپنے گزرتے ہوئے نہیں تو عجوبہ ہو کر  
سکڑ سمٹ جاتا ہے اور انہیں فجر سے سینہ سامنے بیٹھ نکلتا  
ہے۔ داوی بحریں اور کالام کے درمیان اس کی جوزائی  
150 فٹ رہ جاتی ہے جبکہ سوات کی ایک خوبصورت  
داوی تنگولی میں اور مقلورہ میں فضا گٹ پارک کے  
قریب اس دریا کا پلٹ دو فلو میٹر تک چوڑا ہو جاتا ہے۔

دریائے سوات کو عبور کرنے کے لیے جگہ جگہ  
چھوٹے بڑے پل تعمیر کیے گئے ہیں۔ ان پلوں میں  
مضبوط نور جدید طرز کے پلوں کی تعداد سات ہے جن

میں جوندیاں، نالے، آبشار، اور دریا تھے وہ سب ہر  
قسم کی آلودگی سے پاک تھے۔ دریائے سوات کے  
غیر معمولی طور پر پاک و شفاف پید پانی وجہ سے  
سکندر اعظم کے ساتھ آئے ہوئے منبر خیم نے اس  
محلے کا ذکر اس کے دریائی نسبت سے کیا تھا جو اب  
دریائے سوات اور اس قدیم عہد میں ”سواستو“ کہا جاتا  
تھا۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ لفظ سویتا (ایس ویو ای ٹی  
اے) سے مشتق ہے جس کے معنی ”پید“ کے ہیں۔  
مشہور چینی سیان یون سائنگ نے جی یہاں کے  
پید پانی کا خصوصی ذکر کیا ہے۔ تیز صوفی صدی  
عیسوی میں البیرونی بھی سوات کے شفاف پانی کا ذکر  
کرتا ہے۔ آج بھی سوات کے صاف و شفاف چاندنی  
خرچ چمکتے ہوئے پید پانی کو دیکھا جائے تو عجب سن  
سیرت محسوس ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ دریائے  
سوات کے قریب ”سینے اوب“ (پید پانی) کے نام سے  
ایک بستی بھی موجود ہے۔ اس لیے وثوق سے کہا جاسکتا  
ہے کہ اس علاقے کے صاف و شفاف پید پانی کے ندی  
نالوں اور دریا کی وجہ سے لے ”سواستو“ یا ”سویتا“ پکارا گیا  
ہو گا جو بعد میں چلی کر ”سول“ اور پھر ”سوات“ بن گیا۔

www.paksociety.com





میں کالام، بحرین، خوارہ خیلہ،  
کانجو، شموزی (بریکوٹ) اور  
چکدرہ کے پل شامل ہیں۔  
اب جاپان کے تعاون سے  
جگہ جگہ جدید "سیسینشن  
پل" تعمیر کیے جا رہے ہیں  
جن میں سے ایک پل بحرین  
کے قریب "وڈنی" کے  
مقام پر تعمیر کیا گیا ہے۔ دریا  
پر بنائے گئے رسیوں اور

کئی منیجمنٹ یہ دریا دو ہندہ کش کی اوٹ میں واقع  
"سوات کوہستان" کے علاقوں سے نکلتا ہے اور مختلف  
مقامات پر اس کے ساتھ ندی نالے شامل ہوتے چلے  
جاتے ہیں۔ اس کا ایک منیج کالام کوہستان میں "جل  
پل" کے مقام پر ہے۔ "جل" کوہستانی زبان میں پانی  
اور "پل" ندی کو کہتے ہیں۔ اس علاقے میں اسے  
"اریائے جل" کے نام سے بھی پکارا جاتا ہے۔

ہندہ اور لغمان دریا کے مقام پر دریائے سوات سے  
اوسہریں نکلتی ہیں۔ ان پر درگنی بجلی گھر اور ملاکنڈ بجلی  
گھر بنائے گئے ہیں۔ جہلمیں ملک عزیز کے سب سے  
پرانے بجلی گھر ہونے کا اعزاز بھی حاصل ہے۔ یہ بجلی  
گھر کافی عرصہ سے ملٹ کو بجلی فراہم کر رہے ہیں۔  
دریائے سوات اپنی قدامت کے باعث بھی تاریخ  
کے اوراق میں غیر معمولی اہمیت کا حامل ہے۔ اس کے  
کنارے دنیا کی کئی مشہور تہذیبیں پھیلی پھولیں اور  
عروج کی منزل میں طے کر کے زوال پزیر ہوئیں۔

سوات میں بدھ مت کے دور عروج میں اس کے  
کنارے سینکڑوں، ہزاروں خانقاہیں اور بدھ مت کے

تہذیب کے پل بے شمار ہیں۔ تیز بہاؤ والے علاقوں میں  
دریا کے اوپر مضبوط رشتی تان کر بانڈھ دی جاتی ہے اور  
دوسری طرف اسی کے ذریعہ اس کے ساتھ ڈھول نما  
کنوئیاں باندھا جاتا ہے جس کے ساتھ مخالف اور موافق  
دونوں سمتوں سے رشتی منسلک ہوتی ہے۔ ایک کنارے  
سے دوسرے کنارے کی طرف جاتے ہوئے ایک  
جانب کی رشتی کوئی دوسرا شخص کھینچ لیتا ہے اور کنوئیاں  
اسی سمت چلنے لگتا ہے۔

اس قسم کے کنوئلے کو مقامی زبان میں "زاتوئی"  
کہا جاتا ہے۔ دریا عبور کرنے کا یہ طریقہ خانقاہی مقامی  
ہونے کے ساتھ ساتھ دلچسپ اور "پر خوف" بھی ہے۔  
دریا پار کرنے کا ایک ذریعہ جیڑ لفت کی طرز پر  
بنائی گئی "زاتوئیں" بھی ہیں، جو چوک اپ کے انجن کے  
ذریعہ دو مضبوط رسیوں سے منسلک ہوتی ہیں۔ جہاں پل  
نہیں ہیں، وہاں لوگ مقامی ساخت کی کشتیوں کے  
ذریعہ دریا عبور کرتے ہیں۔ اس قسم کی کشتی کو "جالہ"  
کہا جاتا ہے۔

دریائے سوات کا منیج ایک نہیں ہے بلکہ اس کے



ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ متعدد خوش ذائقہ پھل  
مثلاً خوبانی، آلوچہ، چیری، اسٹراپیری، لوکاسٹ،  
سیب، پاشپاتی، ہلنا، انگور، اخروٹ، شکتانو اور چائنا  
الوگ کے درختوں کے لیے حیات بخش پانی،  
دریائے سوات ہی لے کر آتا ہے۔ دریائے  
سوات کے کنارے گلاب، گل زمیں، غانول،  
بنفشہ، پھلواری، ریحان اور دیگر طرح طرح کے  
خوشبودار اور دھنکے رنگ پھول بھی کھلتے ہیں جو



حسین سر زمین سوات کے حسن کو مزید رعنائی عطا  
کرتے ہیں۔

قد رست نے دریائے سوات میں جو پھلیاں پیدا کی  
ہیں، ان میں ٹراوٹ پھلی سب سے زیادہ مشہور ہے۔  
اس کے علاوہ مہاشیر پھلی اور سواتی پھلی بھی پائی جاتی  
ہے۔ ٹراوٹ پھلی نہایت سرد پانی میں ملتی ہے۔ اس کا  
ذائقہ بہت لذیذ اور بے مثال ہے۔

موجودہ دور کے ایک مشہور پشتو شاعر نصر اللہ خان  
نصر (مرحوم) کی ایک پشتو نظم کے چند اشعار کا درجہ  
ذیل ترجمہ سوات اور دریائے سوات کی تاریخی عظمت،  
قدامت اور دریائے سوات کے کنارے جنم لینے والی  
تہذیبوں اور تمدنوں کے متعلق کتنی خوبصورت منظر  
کشی کرتا ہے۔

سر زمین سوات تیری مغرور اک شان ہے  
تیرا ذہ ذہ ہے تاریخ، تہذیبوں کا گھر  
تیرے دامن میں ہے کھولی کتنی تہذیبوں نے آنکھ  
تیرے ہر منظر میں جنت کی بہاریں جلو کر  
تیری دہلی میں دراوڑ بھی رہے، منکول بھی  
آریاؤں کو سہ لایا حسن تیرا کھینچ کر

☆

علمی مراکز قائم تھے جن میں بدھ مت کے لاکھوں  
طالب علموں کو علم کے دیور سے آرامت کیا جاتا تھا۔ ان  
بدھ خانقاہوں اور غہادت خانوں کا ذکر مشہور چینی  
سیاحوں نے بھی اپنے سفر ناموں میں کیا ہے۔ چینی سیاح  
سنگ یون نے دریائے سوات کا ذکر کرتے  
ہوئے لکھا ہے۔

”رات کے وقت خانقاہوں میں اتنی کثرت تھی  
گھنٹیاں بج اٹھتی ہیں کہ تمام فضا گونج اٹھتی ہے۔  
”دریائے سوات“ (دریائے سوات) کے کنارے بہت  
سی خانقاہیں آباد ہیں۔ سوات سرسبز، شاداب علاقہ ہے  
اور یہاں کے باشندوں کا گزارہ کھیتی باڑی پر ہے۔“

اس ذکر سے واضح ہوتا ہے کہ دریائے سوات کتنا  
قدیم ہے۔ اس کا مختلف مذہبوں اور تہذیبوں سے کتنا  
گہرا تعلق رہا ہے۔ اس دریا کے سبب یہ علاقہ قدیم  
زمانے سے ہی سرسبز و شاداب اور زرخیز چلا آ رہا ہے۔

دریائے سوات انسانوں کے لیے طرح طرح کی  
نعمتیں لے کر آتا ہے۔ اس کے پانی سے متعدد فصلیں  
سیراب ہوتی ہیں جن میں کئی دھان اور گندم شامل  
ہیں۔ کئی طرح کی سبزیاں مثلاً آلو، مٹر، شالیم، گو بھی،  
ٹماٹر اور سرسوں اس دریا کی بدولت انسان کو نصیب

دریائے سوات



بچوں کا

وِجائی ڈائجسٹ



ایمن فیصل



زورید



جمیرہ دانش



انوشہ ناصر خان

Copied from



# مکھن چور

تھا۔ وہ اپنی ڈیوٹی بھول  
بھال کر باہر کی طرف  
دوڑا۔ اُدھر خرگوش اندر  
آیا اور مکھن کا مرتبان نکال کر جی بھر کے مکھن کھایا  
اور رچھ کے آنے سے پہلے باہر  
چلا گیا۔ بے چارا رچھ

محمد ارحم۔ کراچی

ناکام واپس لوٹا۔

اکلی صبح جانوروں نے مکھن کم پایا تو انہوں نے  
رچھ کو بہت برا بھلا کہا اور سزا کے طور پر  
سال بھر کے لیے اس کا مکھن  
بند کر دیا۔



لگے دن کٹے کی باری  
تھی۔ وہ دن بھر پیرا دیتے دیتے  
تھک گیا۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔ اس نے کتے کو زور  
سے سلام کیا، ”ہیلو بھیا بھوں بھوں! کیسے  
مزاج ہیں...؟“

کتا بولا، ”صبح سے بیٹھے بیٹھے  
تگ آگیا ہوں۔“  
خرگوش بولا، ”تو آؤ ذرا  
دوڑ لگائیں۔“

کتا دوڑنے کا بہت شوقین تھا۔ جھٹ  
تیار ہو گیا۔ خرگوش نے کہا، ”میں گھاس  
میں دوڑتا ہوں لہذا چکر کاٹ کر  
پل تک جاتا ہوں، تم  
سڑک سڑک جاؤ،  
دیکھیں پہلے کون ہاتھ لگا  
کر واپس لوٹتا ہے۔“

کتا مان گیا۔ دوڑ شروع



بہت دن گزرے جنگل  
کے سب جانور اکٹھے رہا کرتے  
تھے۔ سب ایک ہی تھالی میں  
کھانا کھاتے، ایک ہی جٹھے میں پانی پیتے، گرمیوں میں  
لجل کر کام کرتے اور سردیوں  
میں ایک ہی غار میں آرام کرتے۔  
ان دنوں سب جانوروں کو مکھن کھانے کا بڑا  
شوق تھا۔ وہ سب مل کر رہتے تھے  
چنانچہ ان کے مکھن کا ذخیرہ بھی  
ایک ہی تھا۔ جب کسی کو  
ضرورت ہوتی تو وہ تھوڑا سا مکھن  
نکال کر کھالیتا۔

ایک دن انہوں نے دیکھا کہ کسی نے بہت سا  
مکھن چرا لیا ہے۔ اب تو سب جانوروں کو بڑی تشویش  
ہوئی۔ انہوں نے فیصلہ کیا کہ ہر روز  
جانور ساری رات جاگ کر پہرا  
دے۔ پہلی باری رچھ کی آئی۔ وہ  
مرتبان کے سامنے بیٹھ گیا۔ بیٹھے  
بیٹھے رچھ کی ٹانگیں درد کرنے  
لگیں۔ رات کے پچھلے پہر باہر  
سرگوشی کی آواز سنائی دی۔  
رچھ کے کان کھڑے ہو گئے۔  
کوئی آہستہ آہستہ کہہ رہا  
تھا ”ہیزوی کے درخت والے  
جٹھے میں سوراخ ہو گیا ہے۔ سارا  
شہد بہا جا رہا ہے، بھیدار بچھ ہوتے تو  
انہیں ہتارتا۔“

رچھ شہد کھانے کا بڑا شوقین

شہد بھارت



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بُک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو ایسے کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا
- ✧ ہر ای بُک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو مائیل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بُک کا پرنٹ پریویو
- ✧ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

← ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

← ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

**WWW.PAKSOCIETY.COM**

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](http://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](http://twitter.com/paksociety1)



ہوئی۔ خرگوش گھاس میں کچھ دور دوڑا، پھر ڈھک کر بیٹھ گیا۔

جب کٹھکانی دور لکھ گیا، تب وہ اطمینان سے باہر نکلا اور اس نے گودام میں جا کر جی بھر کے کھن کھایا اور پھر گھاس میں چھپ گیا۔

اتنے میں کتا دوڑ لگا کر واپس آگیا۔ اس نے ہانپتے ہوئے آواز دی، ”اے خرگوش بیٹا! کہاں ہو تم....؟“

خرگوش نے گھاس سے سر نکالا اور جھوٹ موٹ ہانپتا ہوا باہر آیا اور کتے سے ہاتھ ملا کر گھر کو چل دیا۔ اگلے دن بے چارہ کتا بھی سالی بھر کے لیے کھن سے محروم کر دیا گیا۔

اب بھیڑیے کی باری تھی۔ وہ بھی دن بھر مرتبان سامنے رکھ کر بیٹھا رہا۔ رات کو خرگوش پھر آیا۔

اس نے بھیڑیے کو گدگداتے ہوئے کہا، ”کتے چور پکڑ لیے ہیں، بھیڑیے بیٹا....؟“

بھیڑیا گدگدی کے مادے بننے لگا۔ خرگوش نے اور زیادہ گدگداتے ہوئے کہا، ”اتنا نہیں ہنسا کرتے بھیڑیے بیٹا!“

بھیڑیا اور زور زور سے ہنسنے لگا۔ اسے گدگدی بہت ہوتی تھی۔ خرگوش نے سب کو لوٹ بائیسوں سے گدگداتے ہوئے کہا، ”جو زیادہ ہنستا ہے، وہی زیادہ روتا بھی ہے۔“

بھیڑیا ہنستے ہنستے اپنی کمرٹی پہن لڑھک گیا اور زمین پر لوٹنے پوٹنے لگا۔ خرگوش نے اسے کمری پر بٹھایا اور گرد و جھانڈے کے بہانے اس کی آہستہ آہستہ مالش کرنے لگا۔

بھیڑیا سو گیا۔ تب خرگوش اندر گیا۔ اس نے جی بھر کے کھن کھایا اور اپنے گھر کی ریلوے

اگلے دن بھیڑیے کا بھی وہی جھڑپ سال بھر کے لیے کھن بند!

اب لومڑ کی باری تھی۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔ ”اوہو! آج لومڑ بیٹا کی باری ہے۔“ خرگوش نے کہا، ”کتے چور پکڑ لیے ہیں، بیٹا....؟“

لومڑ نے بیزار سی کہا، ”صبح سے بیٹھے بیٹھے تنگ آگیا ہوں۔“

خرگوش بولا، ”تو آؤ آگے پھولی کھلیں۔“

”اور اگر چور آگیا تب....؟“

خرگوش بولا، ”ہم دونوں اس کا بھرتا بنا دیں گے۔“

لومڑ مان گیا۔ دونوں درختوں کے چھپے آگے پھولی کھیلنے رہے۔

کچھ ہی دیر میں لومڑ اتنا تھک گیا کہ وہ آرام کرنے زمین پر لیٹا اور لپٹنے ہی سو گیا۔

اگلے دن اس کو بھی سزا ملی۔ سال بھر تک کھن بند۔

لومڑ ذرا ہوشیار جانور تھا۔ اس نے اپنا شبہ خرگوش پر ظاہر کیا۔ اب تو سب جانور باری باری اپنی آپ بیتی بیان کرنے لگے۔ سب کو یقین ہو گیا کہ

خرگوش چالاک سی کھن پڑا لیتا ہے۔ سب جانوروں نے اس مرتبہ جنگل کے جاسوس بن کر چور پکڑنے کے لیے مقرر کیا۔

بندر کھن کا مرتبان چھپ کر کھن پڑا لیتا تھا۔

رات کو خرگوش آیا، ”بیٹا! بھلا بندرا کیسے



## علم کاپیا

تدی کے کنارے پر بیٹھا ہوا  
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
جیالت کی مجھ کو سزا ہے ملی  
کہ کھلتی نہیں میرے دل کی گئی  
بکھوں کا الم دل ہے سہتا ہوا  
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
یہ سرسبز میدان، حسین وادیاں  
تیں پھولوں سے لبریز شاہ زادیاں  
ہے دریا بھی دو رویہ بہتا ہوا  
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
میں پڑھتے سے بھاگا تھا اسکول سے  
یہ تھکی میری ہوئی بھول سے  
سندر بتوں کا میں بہتا ہوا  
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
میں لہنے وطن کا سہارا بتوں  
میں ملت کی آنکھوں کا تارا بتوں  
چمن میں کھلوں پھول مہکا ہوا  
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا

(مرسلہ: غرور تانہ اسلام آباد)

بندر نے لاپرواہی سے جواب  
دیا "تو آئیے سہو کو چلیں۔" "خوش ہوا۔"  
"نہیں بھئی! بالکل موڈ نہیں ہے۔" بندر  
لاپرواہی سے بولا۔  
"آکھ مچولی بھی نہیں کھیندے...۔" خرگوش  
نے اشتیاق سے پوچھا۔  
بندر بولا، "نہیں، مجھے بچوں کے کھیل پسند  
نہیں آتے۔"  
خرگوش نے حیرانی سے پوچھا، "تو پھر کونسا کھیل  
پسند ہے تمہیں...؟"  
بندر بولا، "رشتا کشی۔"  
خرگوش مان گیا۔ بندر نے جھٹ پٹ خرگوش کی  
ذم سے رشتا باندھا۔ اس کا دوسرا سر ادرخت سے  
باندھ کر بولا، "کھینچتے رشتا۔"  
اب خرگوش رشتا کھینچنے میں مصروف رہا۔ ادھر  
بندر سب جانوروں کو بلا لایا۔  
خرگوش انہیں آتے دیکھ کر چوتکتا ہوا اور ساری  
بات بھانپ گیا۔ اس نے ذم چھڑانے کی کوشش کی  
لیکن کامیاب نہ ہو سکا۔  
بے چارہ خرگوش پکڑا ہی گیا، جانوروں نے سزا  
کے طور پر اس کی ذم کاٹ ڈالی اور اس کے کانوں کو  
زور زور سے کھینچا۔  
کہتے ہیں میاں خرگوش کے کان اس روئے ہی  
لے ہیں اور اسی دن سے خرگوش جنگل کے جانوروں  
سے علیحدہ رہتا ہے۔



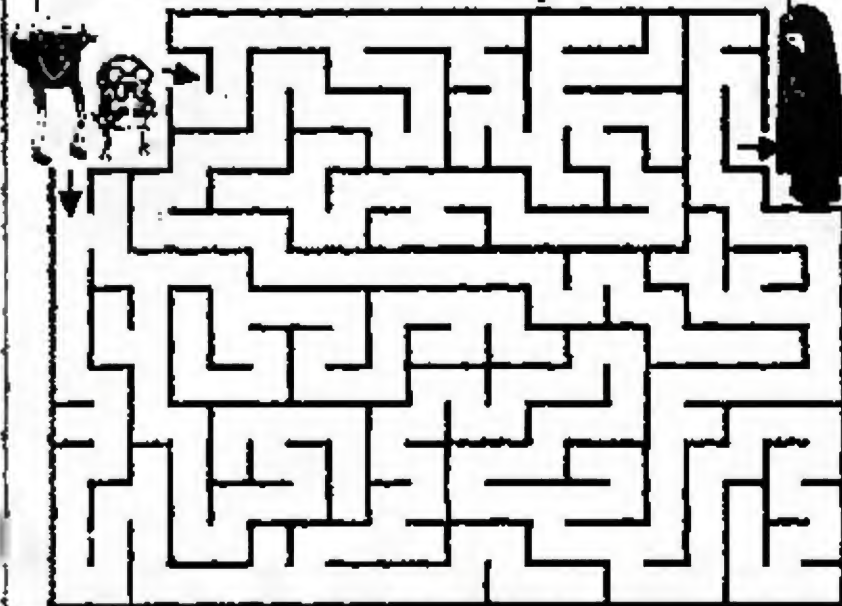
تصویر دیکھ کر سامنے دئے گئے خانوں میں کا اس تصویر کا ہو بہو نقش بنائیں ....



رنگ بھریں



شہزادی بیل گم تک پہنچنے میں "فن" اور چیک کی مدد کریں ..



مصوّر  
بنیں







☺... کسی شہر میں بہت بارشیں  
ہوئیں اور سیلاب آگیا۔ بڑے بھائی  
نے احتیاطاً اپنے چھوٹے بھائی کو  
دوسرے شہر خالہ کے گھر بھیج دیا  
اور ساتھ ہی ایک خط لکھا کہ  
"ہمارے شہر میں سیلاب آگیا  
ہے۔ چھوٹے بھائی کو آپ کے  
گھر بھیج رہا ہوں۔"

"مجھے اور گھاس" ہے۔

دوست: مگر تصور تو بالکل  
خالی ہے۔

مصور: گائے گھاس کھا کر آگے  
جا چکی ہے۔

(مرسلہ: محمد اصغر - لاہور)

☺... مریض: ڈاکٹر صاحب! مجھے  
بھوک نہیں لگتی۔

ڈاکٹر: تو کتنا کھانا مجھے دے جایا کرو۔

(مرسلہ: عزیز رضا - کراچی)

☺... گڈو: روکنا ہو گا کھانا آیا تو ماں نے

پوچھا: بیٹے کیوں رو رہے ہو...؟

گڈو: ماسٹر صاحب نے مارا ہے۔

ماں: کیوں مارا ہے انہوں نے...؟

گڈو: ماسٹر صاحب کی کرسی پر

روشنائی گری ہوئی تھی، وہ بیٹھے لگے تو

میں نے سوچا ان کے کپڑے خراب

ہو جائیں گے، پس میں نے پیچھے سے

کرسی کھینچ لی۔

(مرسلہ: وحید احمد - لاہور)



☺... جہاں (پیشی سے): منی! ہم  
کیوں غور ہی ہو...؟  
منی: کچھ جان پورا اڑسہ میں کیل  
ٹھونک رہے تھے کہ اتھوڑی ان  
کے ہاتھ سے چھوٹ کر پاؤں پر  
کر گئی۔

ماں: تو اس میں رونے کی کیا بات  
ہے...؟ ایسی باتوں پر ہنس دیا  
کرتے ہیں۔

منی: (روتے ہوئے): میں ہنسی  
ہی تو تھی۔

(مرسلہ: جمیلہ احمد - کراچی)

☺... بیلی (ام کے درخت پر  
چڑھتے ہوئے لڑکے سے): فوراً نیچے  
اتر آؤ ورنہ ابھی جا کر تمہارے ابو سے  
شکایت کرتا ہوں۔

لڑکا: کہیں جانے کی ضرورت نہیں۔  
ابو ساتھ والے درخت پر چڑھے  
ہوئے ہیں۔

(مرسلہ: مصباح شیخ - کراچی)

☺... سپاہی (سائیکل سوار سے):  
دک جلا تمہاری سائیکل کی ہتی  
نہیں ہے۔

سائیکل سوار: جناب! آگے سے  
ہٹ جائیں۔ اس کی بریک بھی  
نہیں ہے۔

(مرسلہ: محمد حیدر)

شاہد - داد پٹھی)

ایک بچے بعد بڑے بھائی کو خالہ کا  
خط ملا "سیلاب کو میرے پاس بھیج دو  
اور اپنے چھوٹے بھائی کو  
واپس بلا دو۔"

(مرسلہ: نبیہا جبار - کراچی)

☺... چوہا (ہاتھی سے): تمہاری  
عمر کیا ہے...؟

ہاتھی: دو سال۔ اور تمہاری...؟

چوہا: عمر تو میری بھی دو سال ہی ہے  
لیکن ذرا بیمار رہتا ہوں۔

(مرسلہ: مہتاب خان - کوئٹہ)

☺... شاکر د (استاد سے): کیا

آپ اس بچے کو سزا دیں گے جس

نے کچھ نہ کیا ہو...؟

استاد: بالکل نہیں۔

شاکر د: میں نے آپ کا دیا ہوا

ہوم ورک نہیں کیا۔

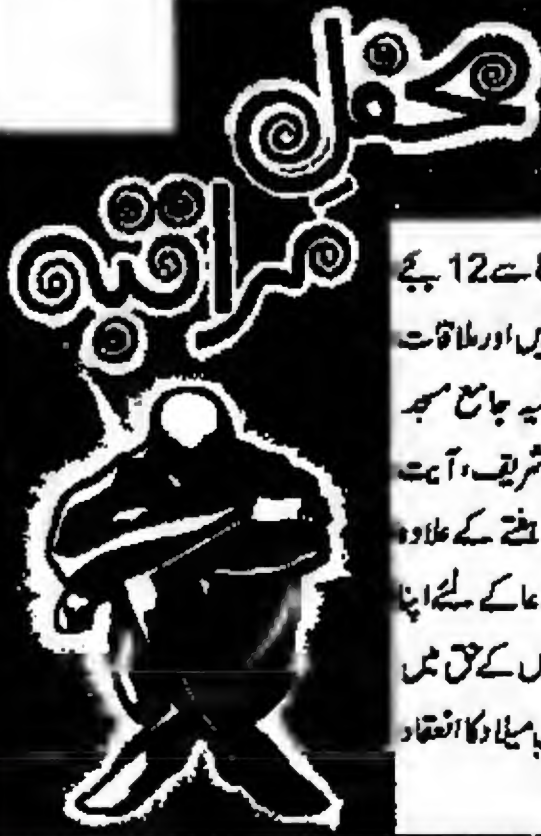
(مرسلہ: طلحہ دانش - کراچی)

☺... ایک مصور (اپنے دوست

سے): میری اس تصویر کا عنوان

روزانہ ٹائمز





## مرکزی مراقبہ ہال

سرجانی ٹاکن کراچی میں  
جذبہ خدمتِ خلق کے

تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح 7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات 4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمہ جامع مسجد سرجانی ٹاکن میں اجتماعی محفل مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفل مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفل میلاد کا انعقاد کریں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

شاہدہ خاندہ چوہدری، خاور اسلم، محضری شاہد، فہیمہ انجمان،  
ذیشان حسن، دانش غنی، دانش عامر، درخشش انجم، درخشش  
مقصود، درخشش غازی، دلہا غفور، ذکیہ رشید، ذیشان کمال،  
ذیشان احسن، رحیمہ انشاء، رحیمہ، راجہ عبداللہ، راجہ علی، راحت  
اخلاق، راجہ نسیم، راشد محمود خان، رانی، رحمت بی بی، رشیدہ بی  
بی، رشیدہ نسیم، رشیدہ ظفر، رضوان احمد، رضوانہ خاتون، رضوانہ  
نصر، رضیہ اقبال، رفعت مقصود، رفعت عابد، رفعت الہ، رفیعہ  
فرہان، رشاد احمد، رمیز یاسر، روینہ اسلم، روینہ آرم، روینہ  
ذوالفقار، روینہ عکرم، روینہ اسلم، روینہ اشرف، روینہ شاہد،  
روینہ حمیر، روینہ علی، روینہ خانم، روینہ ملک، روینہ بی بی، روینہ  
عکرم، روینہ جاوید، زہدہ حسین، زہدہ سعید، زہدہ لطیف، زہدہ  
پروین، زہدہ ذہن، زہدہ فانی، زہدہ خان، زہدہ احمد، زہدہ صدیقی،  
زہدہ تبسم، زہدہ خالد، زہدہ شاہد، زہدہ عادل، زہدہ بی بی، زہدہ  
اقبال، زہدہ نسیم، زہدہ انیس، زہدہ بی بی، زہدہ عادل، زہدہ شاہد،  
زہدہ انور، زہدہ جہاں، زہدہ کاشفہ، زہدہ فریسی، زہدہ سعید، زہدہ  
سعید، زہدہ عکرم، زہدہ احمد، زہدہ بی بی، زہدہ سکینہ، زہدہ بانو، زہدہ  
انی، سلطانہ غنی، سلطانہ خان، سلطانہ سعید، سلطانہ غنی، سلطانہ  
بی بی، سلطانہ آفاق، سلطانہ اعظم، سلطانہ انصاری، سلطانہ سکینہ،  
سلطانہ فاطمہ، سلطانہ بی بی، سلطانہ اسلم، سلطانہ فاطمہ، سلطانہ بی بی، سلطانہ

کراچی:- آئندہ احمد، آئندہ عکرم، آئندہ شاکر، آئندہ  
احمد، آئندہ طاہر، آئندہ خان، آئندہ حسن، آئندہ سعید، آئندہ محمود،  
احسان اللہ خان، احسان ریاض، احسن ریاض، احمد فیصل، اختر  
حسین، ارسلان ضمیر، ارسلان خان، ارسلان خالد، ارسلان علی، ارسلان احمد،  
ارسلان شکیل، ارسلان قادی، ارسلان شاہد، ارسلان احمد، ارسلان  
احمد، ارسلان سعید، ارسلان بی بی، ارسلان اعظم، ارسلان محمد، ارسلان  
شاہد، ارسلان بی بی، ارسلان خان، ارسلان علی، ارسلان احمد، ارسلان  
ولاد، ارسلان احمد، ارسلان بی بی، ارسلان محمد، ارسلان احمد، ارسلان  
انجم شاہد، انجم نور، انور بی بی، انور بانو، انور فانی، انور حسن، انور  
ریاض، احسن خان، ایوب بی بی، ایوب خان، ایوب بی بی، ایوب بی بی، ایوب  
احمد، ایوب بی بی، ایوب خان، ایوب بی بی، ایوب بی بی، ایوب بی بی، ایوب  
اشتیاق، ایوب بی بی، ایوب خان، ایوب بی بی، ایوب بی بی، ایوب بی بی، ایوب  
الہ دین، ایوب حسین، ایوب فاطمہ، ایوب محمد، ایوب اختر، ایوب  
انور، ایوب مقصود، ایوب خان، ایوب محمد، ایوب دردی، ایوب سلطانہ،  
ایوب شہزاد، ایوب شاہد، ایوب بی بی، ایوب مقصود، ایوب شمشیر، ایوب  
پروین، ایوب اصغر، ایوب بی بی، ایوب اقبال، ایوب بی بی، ایوب بانو،  
ایوب اختر، ایوب بی بی، ایوب محمد، ایوب مراد، ایوب بی بی، ایوب  
اشتیاق، ایوب بی بی، ایوب خان، ایوب بی بی، ایوب بی بی، ایوب بی بی، ایوب  
حفصہ احمد، حفصہ بی بی، حفصہ بی بی، حفصہ بی بی، حفصہ بی بی، حفصہ







[illegible]

خان۔ آصف عباس۔ اونس محمد ملک۔ حاجی قہمت پردین۔ بنیر بیگم۔  
 بلاول حسین۔ بنت حوا۔ بہرہ جیدز۔ بیش حسن۔ بیش عامر۔ بلال۔  
 غازی اقبال۔ ثریا ثریہ۔ قہم۔ حافظہ میناز۔ حسن اختر۔ صید۔ صبر۔  
 خالد محمود امان۔ خالدہ بی بی۔ خالدہ بیگم۔ خورشید بی بی۔ خورشید بی بی۔  
 یوسف۔ خورشید بیگم۔ دانیال۔ محمدہ اللہ۔ فاطمہ محمد ملک۔ باجی صلی  
 بی۔ رابع۔ رانا محمد اقبال۔ رامت بی بی۔ رحیم جان۔ رفیع بیگم۔ اجمل۔  
 رفیع بی بی۔ اشرفہ وحیدہ۔ رحمان بی بی۔ رحمان۔ زبیدہ بی بی۔ زبیدہ۔  
 زیب بی بی۔ سائرہ۔ سہا الحسن۔ سین۔ شمس شہزاد۔ سرداران بانو  
 سرداران بی بی۔ سردار ہانہ۔ صدیق۔ سکندر۔ امان۔ سکندر  
 خان۔ سکینہ بی بی۔ سلطان بیگم۔ سلمان حیدر۔ منیر حیدر۔ شادیہ۔ شادیہ  
 تنول۔ شانت۔ شاہد الی بی بی۔ شہنار حیدر۔ شہنا۔ شبیر۔ شبیر۔ قالی۔  
 نر جیل۔ شفقت۔ شہتہ دز۔ شمسہ بی بی۔ شمسہ حسن۔ عمیم اختر۔

















ایکسوس

# روحانی ورکشاپ

اللہ کے درمیان

کس کی طرف سے ہے؟

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت محمد عظیم بریلوی، قائد رہبر اولیاء  
کے ہینتھ میں یوم وصال کے موقع پر قائد ر شعور فاؤنڈیشن کے  
زیر اہتمام روحانی ورکشاپ بعنوان "اللہ کے دوست کس طرف  
سوچتے ہیں" 26 جنوری 2015ء، مرکزی مراقبہ ہاؤس، ترائی  
میں منعقد ہوئی۔ جس میں شریک نواتین و حضرات نے تہوار  
خیال کیا۔ اس موقع پر سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ  
شمس الدین عظیمی صاحب نے ورکشاپ کا وزٹ کیا، مختلف  
گروہوں میں جا کر مذکورہ کوئے اور شہنا، ورکشاپ کے اجتماعی اور  
ذاتی و شوقیہ مسائل پر، نور و فکر اور دانش کو ابھارا۔



اس بین الاقوامی روحانی تربیتی ورکشاپ کے مہمان اہم ازلی  
وفاقی درویش نور سنی تھے وائس چانسلر ڈاکٹر فضلہ اقبال نے خطاب  
کرتے ہوئے کہا کہ "اتر کسی معاشم میں احترام نہ رہے  
تو وہاں برہمیت و دہشت گردی اور وحشت پروان پڑ سکتی  
ہے۔ انہوں نے کہا کہ تصوف کی تعلیمات و احترام انسانیت کا

درس دیتی ہیں۔ اولیاء اللہ انسان کو، پیش چلادی سوالات سے جوابت پر ان دانے میں رہ کر اسے ہیں۔ انہوں نے  
کہا کہ جہاں تصوف قرآنی تعلیمات سے ملحق ہو وہاں توازن ہمیشہ برقرار رہے گا۔ نوظیادہ تعلیمات کو بھی جامعیت کے  
دازوں میں لایا جانا چاہیے۔ انہوں نے سلسلہ عظیمیہ کے تعلیمی نظام کو اردو یونیورسٹی سے ملحق کرنے کا اعلان کیا۔  
صدر قائد ر شعور فاؤنڈیشن، ورکشاپ کے آرگنائزر ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے اپنے خطاب میں کہا کہ "تصوف کی  
تعلیمات انسان کو زندگی کے مقصد اور حقیقی اخلاقیات کی قیمتوں سے آگاہ کرتی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ سلسلہ عظیمیہ کی  
تعلیمات کا منبع قرآن و سنت اور اولیاء اللہ کی تعلیمات ہیں۔ سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ خواجہ شمس الدین عظیمی کو پیغام یہ  
ہے کہ آدم کی اولاد آپس میں اخلاق اور احترام کے ساتھ رہے۔"

195

مارچ 2015ء

Copied From Web







عام طور پر چھ سات سال کے بچوں کی عمریں یاد رہتی ہیں، ابھی آپ آنکھیں بن کر کے کوئی بھی آٹھ دس سال کی عمر کی بات سوچے، آپ کو اس عمر کی کوئی بات یاد آتی ہے۔ آپ نے شخص دو منٹ کے لیے غور کیا اور زندگی کا ریکارڈ آپ کے سامنے آگیا، اور زیادہ دیر کرتے تو اور بھی یاد آ جاتا۔ اب وہ جو آپ نے اللہ کو کہا تھا کہ فالو ابلی جی ہاں آپ ہمارے رب ہیں۔ وہ کیوں نہیں دیکھ سکتے؟....

اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہر انسان اگر چاہے تو وہ چیزیں جو ازل میں دیکھ چکا ہے۔ جو اللہ کی ربوبیت کا اقرار کر کے سجدہ کر چکا ہے، اگر وہ اس پر کنسنٹریشن کر لے، تو وہ اس عالم کو بالکل اسی طرح دیکھ لیتا ہے جس طرح وہ اپنا بچپن دیکھ لیتا ہے۔  
قبل ازیں قاری صاحبزادہ محمود حسین نے قرآنی آیات کی تلاوت کی۔ نعت رسول مقبول رضی اللہ عنہ معروف نعت خواں سید اسد ایوب نے پیش کی۔ انیس جازمی نے حضرت قلندر بابا اولیاء کی شان میں منقبت پڑھی۔ سلسلہ عظیمیہ کے ان دوستوں کے لیے جو گزشتہ سال اس دنیا سے رخصت ہو گئے، دعائے مغفرت کی گئی۔ محفل کے اختتام پر نبی آخر حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت

اقدس میں ہدیہ صلوة والسلام پیش کیا گیا اور ملک میں امن و امان کی صورتحال میں بہتری کے لیے، ملک کی سلامتی و خوشحالی کے لیے دعائیں مانگی گئیں۔

اس تقریب میں پاکستان کے مختلف شہروں کے علاوہ امریکہ، کینیڈا، برطانیہ، ہالینڈ، روس، آسٹریلیا، انڈونیشیا، متحدہ عرب امارات اور بحرین سے مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے ہزاروں افراد نے شرکت کی۔ تقریب کی نظامت کے فرائض احتشام الحق نے سرانجام دیے۔

سلسلہ عظیمیہ کے کارکنان نے زائرین کو سبوتوں کی فراہمی کے لیے بہت اچھے انتظامات کئے تھے۔ باہر سے آنے والے زائرین نے ان انتظامات کو سراہا اور عظیمیہ کارکنان کی بہت تعریف کی۔

درکشپ اور عرس کے انتظامات کے لیے ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی گزشتہ کئی سال سے مختلف کمینیاں قائم کرتے ہیں۔ یہ کمینیاں کوادونی نینس کمیٹی اور درکشپ کمینیاں کہلاتی ہیں۔ ان کمیٹیوں کے ارکان انتہائی عقیدت اور احترام سے قلندر بابا ہولینڈ کے عرس کے زائرین کی مہمان نوازی اور دینی خدمات سرانجام دیتے ہیں۔

رپورٹ: آصف کامران تصاویر: رحمن اللہ

اتق کے کالم میں ان کے لیے رپورٹ ارسال کرنے والے خواہین و حضرات سے درخواست ہے کہ تقریب کے انعقاد کے فوراً بعد رپورٹ ارسال کر دیا کریں، نیز دعائی ڈائجسٹ میں شائع شدہ رپورٹس کا مطالعہ کریں اور اسی انداز کو مدنظر رکھ کر خوشگوار تحریر میں ایک سطر مہموذ کر مسلمہ کے ایک باب لکھ کر ارسال کریں۔ مقررین کی تصاویر کی پشت پر بال پوائنٹ سے ان کے نام ضرور تحریر کریں۔ رپورٹس کی اشاعت ان کی اہمیت اور نوعیت کی بنیاد پر کی جاتی ہے۔ (دے سے موصول ہونے والی، بے ترتیب اور غیر واضح رپورٹس شائع نہیں کی جاسکیں گی)۔ (ادارہ)



بھیہ : اکیسویں روحانی تریقی ورکشاپ

ورکشاپ آبروروز کئی کے  
کے مرتب کردہ نتائج کے مطابق  
انجمنی کارکردگی پر راولپنڈی کے  
ڈاکٹر ساجد غوث اول، حیدر آباد کی  
کتیز قاطمہ اور لاہور کے ارشاد علی  
خان دوم، جبکہ کراچی کی منورہ اظہر  
اور لندن کے مندر علی کو سوم قرار  
دیا۔ پوزیشن حاصل کرنے والے  
گروہ میں کو کتابوں کے تحائف پیش  
کیے گئے۔ ورکشاپ میں شامل غیر  
ملکی مندوبین کے گروہ میں سے  
ہول پوزیشن صدف جیلانی (کینیڈا)  
نے حاصل کی۔ ورکشاپ میں  
۱۶ سال سے کم عمر بچوں کے چار  
خصوصی گروپ بھی شامل تھے۔ اس  
گروپ کے لیے خصوصی لٹریچر اور  
ایکٹیوٹیا کی گئیں۔ بچوں کے  
گروہ میں سے اول پوزیشن حاصل  
کرنے والے گروپ کی کو آری نیئر  
اقراء شیر محمد (کراچی) تھیں۔  
ورکشاپ کے اختتام پر شرکائے  
ورکشاپ کو فخر شعور فاؤنڈیشن کی  
جانب سے فاؤنڈیشن کے سرپرست  
جناب خواجہ شمس الدین عظیمی،  
فاؤنڈیشن کے صدر ڈاکٹر وقار یوسف  
عظیمی اور جنرل سیکریٹری ڈاکٹر جاوید  
سمیع کے دستخطوں سے جاری کردہ  
یادگاری سند دی گئی۔



روحانی ورکشاپ کے پوزیشن ہولڈرز کا ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کے ساتھ ٹروپ فوٹو

www.buoo.stu



صوفی بزرگ خواجہ شمس الدین عظیمی کی زیر اہانت

ماہنامہ

قلندر شعور

رہ عالی علوم کے پتھری اور اعلیٰ علمی ذوق رکھنے والے اس تہذیب و دانشور  
اور ائمہ کے لیے ہمارے ایک اور علمی پیشکش

ایڈیٹر: حکیم سلام عارف عظیمی

ماہنامہ قلندر شعور میں آپ کے خواب، ان کی تعبیر، تجزیہ

اور مشورہ، سائنسی، علمی، ادبی، سماجی، آسمانی علوم

اور Ph.D کے مقالہ جات شائع ہو رہے ہیں۔

تازہ شمارہ منگوانے کے لیے بذریعہ فون یا خط رابطہ کریں۔

فون نمبر: 021-36912020

پتہ: B-54 سیکٹر C-4 سر جانی ٹاؤن، کراچی

Copied From Web





آتے ہیں اس وجہ سے وہ گھر کے کئی معاملات سے واقف نہیں ہیں۔ دوسرے لوگوں کے کام اور سفارش بھی بہت شوق سے کرتے ہیں۔ کئی لوگوں کے مقدمے مفت لڑتے ہیں لیکن اپنے گھر والوں کے لیے ان کے پاس وقت نہیں ہے۔ شہر میں بڑے بچے پڑانے کے تعلقات بھی ہیں۔ والدہ صاحبہ کہتی ہیں کہ کسی سے بات کر کے بیٹے کو سیٹ کروادیں تو کہتے ہیں کہ کسی نے میری بات نہ سنی تو میری عزت خراب ہو گئی۔

دوسرے بڑے بھائی نے انٹر کیا تو والدہ نے والد سے کہا کہ اسے کمپیوٹر کا اچھا والا کورس کروادیں لیکن والدہ صاحبہ نے یہ کہہ کر انکار کر دیا کہ وہ یہ انورڈ نہیں کر سکتے۔

میں نے انٹر کر لیا اور آگے پڑھنا چاہا تو مجھے گھر بھالیا کہ لڑکیوں کو زیادہ پڑھنے کی کیا ضرورت ہے۔ چھوٹے بھائی کا پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ بڑی مشکل سے پاس ہوتا ہے۔ اسے کرکٹ کھیلنے کا بہت شوق

اولاد کی والد سے شکایتیں

سوال: محترم و قار عظیمی صاحبہ! میں آج بہت مجبور ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔

میں تین بھائیوں کی اکلوتی بہن ہوں۔ دو بھائی مجھ سے بڑے ہیں اور ایک بھائی مجھ سے چھوٹا ہے۔

بڑے بھائی نے پانچ سال پہلے انٹر کے بعد پڑھائی کو خیر آباد کہہ دیا اور کاروبار کرنے کی خواہش ظاہر کی لیکن والد صاحب نے کہا کہ تمہیں کام کا کوئی تجربہ نہیں ہے اس لیے تمہیں پیسے نہیں دیئے جاسکتے۔

والد صاحب کی بے توجہی کے سبب اب بڑے بھائی زیادہ تر وقت گھر سے باہر رہنے لگے ہیں۔ راتوں کو ٹی وی پر فلمیں دیکھنا معمول بن گیا۔ گھر کا کوئی کام نہیں کرتے۔ سارا دن سوتے رہتے ہیں اور فینڈ پوری کر کے باہر چلے جاتے ہیں۔

ہمارے والد صاحب وکیل ہیں۔ ان کی محلے میں بہت عزت ہے۔ وہ صبح نکلتے ہیں اور رات کو گھر



ہے۔ والدہ کہتی ہیں کہ اسے کسی اچھے کرکٹ کلب میں شامل کروادیں لیکن ہمارے والد اس بات پر دھیان نہیں دیتے۔

ڈاکٹر وکار صاحب! میرے والد دل کے برے نہیں ہیں لیکن ان کی لاپرواہیوں نے ہم لوگوں کو براہ کردیا ہے۔ دونوں بڑے بھائی بے روزگار ہیں۔ والدہ بروقت بیمار رہنے لگی ہیں۔ میں اپنے بھائیوں کو اعلیٰ مقام پر دیکھنا چاہتی ہوں لیکن ان حالات میں تو ان کا کوئی مستقبل نظر نہیں آتا۔

والد صاحب کو دوستوں اور Clients کا بہت خیال ہے لیکن گھروالوں کا کوئی خیال نہیں۔

جواب: آپ کے گھریلو اجتری کی واحد وجہ آپ کے والد کی دفتری مصروفیات نہیں ہیں بلکہ ان کے ساتھ آپ لوگوں کا شکایتی رویہ بھی ہے۔ براہِ عمل آپ نے یہ طے کر لیا ہے کہ آپ کے والد آپ لوگوں کے حقوق ادا نہیں کر رہے۔ آپ کی والدہ بھی آپ ہیں بھائیوں کے اس خیال کو تقویت پہنچاتی ہوں گی۔

آپ کو اس بات کا تو بہت دکھ ہے کہ والد صاحب نے آپ کے بھائی کو کاروبار کے لیے رقم نہیں دی یا دوسرے بھائی کے لیے سفارش نہیں کی۔ آپ خود ہی بتائیے کہ ہزاروں پلے لوجھوں لڑکے کو تربیت اور نگرانی کے بغیر ایک بڑی رقم تمنا دینا کہاں کی عقلمندی ہوتی۔ اگر آپ کے بھائی جس ملاہیتیں ہوتیں تو وہ کسی جگہ کام کر کے اپنا مقام خود منوانے کی کوشش کرتا لیکن اس نے تو گھر کے عام سے کام کاج میں بھی اپنا حصہ نہ ڈالا۔ یہی حیل آپ کے دوسرے اور تیسرے بھائی کا بھی محسوس ہوتا ہے۔

آپ اپنی والدہ کے ساتھ مل کر گھر میں ادب اور احترام کی قضا قائم کرنے کی کوشش کیجیے۔

اپنی والدہ کو سمجھائیے کہ دو آپ کے والد کے سامنے اپنے پوائنٹ اسکورنگ کا رویہ ترک کر دیں۔

آپ اپنے والد کا احترام کیجئے۔ ملتے میں ایک دودن ان کے ساتھ بیٹھ کر ان کی دلچسپی کی باتیں کیجئے۔ ان کی پسند کے کھانے بنوائیے اور ان کے لیے کوئی تحفہ بھی بازار سے خرید کر لائیے۔

## لڑکوں میں کشش

☆ ☆ ☆ ☆ ☆

سوال: میں سات بہنوں کا اکلوتا بھائی ہوں اور سب سے چھوٹا ہوں۔ اب میری عمر تیس سال ہو گئی ہے۔ میں بچپن سے ہی اپنی بہنوں کے ساتھ رہا۔ ان کے ساتھ کھیلتا تھا۔ اکثر بہنوں کے کپڑے پہن لیتا تھا اور باتیں بھی ان ہی کی طرح کرتا تھا۔

جب تھوڑا بڑا ہوا تو مجھے سمجھایا گیا کہ تم لڑکے ہو۔ لڑکوں کی طرح نہ بیو کرنا سیکھو۔ مجھے بچپن سے ہی لڑکیوں کی طرح چلنے بولنے کی ایسی عادت پڑ گئی ہے کہ باوجود بہت کوشش کے میرے ذہن سے لڑکیوں والی عادت ختم نہیں ہوئی۔

اسکول، کالج میں بھی ان عادتوں کی وجہ سے دوستوں نے میرے مختلف نام رکھے ہوئے تھے۔ جب بے بالغ ہوا ہوں تو خوبصورت لڑکے مجھے بہت اچھے لگنے لگے ہیں۔ لڑکیوں میں مجھے کشش محسوس نہیں ہوتی۔

سب بہنوں کی شادیاں کرنے کے بعد اب والدہ کو میری شادی کی فکر لگی ہوئی ہے۔ میں انہیں کیسے بتاؤں کہ مجھے لڑکیوں میں کوئی دلچسپی محسوس نہیں ہوتی۔

میں اپنی کیفیات کسی دوست سے مشیر کروں تو میری بات مذاق کی نظر ہو جاتی ہے۔

جواب: آپ کو نفسیاتی مدد اور تحلیل نفسی کے

☆ ☆ ☆ ☆ ☆



## عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(محمد ناصر... کراچی)

دوسال قبل فالج کا ایک ہوا جس کی وجہ سے جسم کی رائٹ سائیڈ مکمل طور پر مفلوج ہو گئی۔ اچانک اس مشکل صورتحال نے مجھے شدید ڈپریشن میں مبتلا کر دیا۔ میرے بچے میری تیمارداری کر رہے تھے۔ اچھے سے اچھا علاج ہو رہا تھا اور فالج کا اثر تو بہت حد تک کم ہو گیا مگر میری جسمانی حالت کے ساتھ ذہنی صحت بھی متاثر ہونے لگی تھی۔ حافظہ کمزور ہو گیا تھا۔ اعتماد اور قوت ارادی ختم ہو گئی تھی۔ ڈاکٹر اور فزیو تھراپسٹ اس بات پر زور دے رہے تھے کہ مکمل صحت مند ہونے کے لیے آپ کو قوت ارادی سے کام لینا ہو گا۔ کسی جاننے والے نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کرنے کو کہا۔ یہاں مجھے ریکی کے چند سیشن سے ہی کافی افادہ محسوس ہوا۔ پھر میں نے مستقل مزاجی سے ریکی کے کئی سیشن لیے۔ آج میں اپنے پیروں پر کھڑا ہوں، میرے حافظے میں بہتری آئی ہے اور اعتماد میں اضافہ ہوا ہے۔

مطلب میں آکر بالمشافہ ملاقات کر لیں۔

جوائنٹ فیملی سسٹم

☆ ☆ ☆

سوال: میری شادی کو سترہ سال ہو گئے ہیں۔ میرے چار بچے ہیں۔ ہم جوائنٹ فیملی سسٹم میں رہتے ہیں۔ محترم ڈاکٹر صاحب.. آپ کی تحریروں سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ جوائنٹ فیملی سسٹم کو بہت اچھا سمجھتے ہیں۔ آپ وائٹس دیتے ہیں، بہت تجربہ کار ہیں اس لیے آپ کی بات سے اختلاف کرنا مناسب نہیں مگر میں اپنے ذاتی تجربے کی بنیاد پر کہوں گی کہ جوائنٹ فیملی سسٹم میں اچھائیاں کم اور خائیاں زیادہ ہیں۔

اس سسٹم کی سب سے بڑی غامی یہ ہے کہ یہ فیملی میں نئی شام ہونے والی عورت کو بہت زیادہ دبا کر رکھتا ہے۔ جوائنٹ فیملی سسٹم میں آنے والی بہن کو نہ صرف سارا اور سب سے بڑا اکثر تو جھٹھ، نند اور کہیں تو دیہر کا بھی پابند ہو کر رہنا پڑتا ہے۔

میرے شوہر اپنے چھ بھائیوں میں چوتھے نمبر پر ہیں۔ یہ اپنے والد کا بہت زیادہ ادب کرتے ہیں اور یہ

ذریعے اپنی سوچ میں بنیادی تبدیلیوں کی ضرورت ہے۔

جب تک آپ کی خواہشات فطری انداز اختیار نہیں کر لیتیں اس وقت تک آپ کو شادی نہیں کرنا چاہیے۔ موجود صورتحال میں آپ کا شادی کرنا آپ کے ساتھ اور ایک لڑکی کے ساتھ شدید زیادتی ہوگی۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورہ فہ آیت 34 کا ابتدائی حصہ

الَّذِي جَاءَ قَوْمًا مِّنْ عَلَى النِّسَاءِ

تیار کیا۔ یہ سورہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر دیں اور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

رات اچھے قسم کے پانچ چھوہارے ایک کپ دودھ میں رکھ دیں۔ صبح دودھ چھوہاروں کے ساتھ گرم کر کے اور چھوہارے کھا کر دودھ پی لیں۔ یہ عمل آئیس روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الہی یا قوی کا ورد کریں۔

آپ کراچی میں مقیم ہیں۔ اگر چاہیں تو نئی روز

مارچ 2015ء



بہت اچھی بات ہے۔ سب اولاد کو اپنے والدین کا ادب کرنا چاہیے۔

میرے شوہر اپنے بڑے بھائیوں اور بڑی بہن کا بھی بہت زیادہ ادب کرتے ہیں۔ بڑے بہن بھائیوں کا احترام کرتا بھی یقیناً اچھی بات ہے لیکن دونوں بڑے بھائی بھی انہیں بہت زیادہ دبا کر رکھتے ہیں۔

جوائنٹ فیملی کے ساتھ ساتھ کلویڈ بھی مشترک ہے۔ کلویڈ میرے سر کا بھائیوں نے اپنے سب بیٹوں کو اپنے ساتھ کام پر لگایا ہوا ہے۔ میرے دونوں بیٹے اپنے والد کے ساتھ کام کرتے ہوئے اپنے اپنے انفر وائی کلویڈ بھی جما چکے ہیں۔ ان کے والد نے انہیں تو کچھ نہیں کہا۔ میرے شوہر اپنے لیے کچھ سوچیں تو ان کے والد سخت ناراض ہو جاتے ہیں۔ لہذا انہیں عیسویہ کسی کام کی بالکل بھی اجازت نہیں دیتے۔ کہتے ہیں کہ تجھ میں صلاحیت نہیں ہے۔

تین سال پہلے میرے ایک دیور کی شادی ہوئی۔ اس کے بعد سے میرے سر کا رویہ ہمارے ساتھ بہت زیادہ غصہ والا ہو گیا۔ وہ بات بات پر میرے شوہر پر احسان جتانے رہتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ میں نے تمہارے اوپر بہت پیسہ خرچ کیا ہے، تم میاں بیوی بہت فضول خرچ ہو، اب میں تمہیں کچھ نہیں دیا کروں گا، تم اپنے بچوں کے اسکول تہذیب کرواؤ۔

ہم ان سے کچھ عرض کرنے کی کوشش کریں تو غصے میں بے قابو ہو جاتے ہیں اور کہتے ہیں کہ تم میرے ساتھ ٹھیک طرح نہ چلے تو میں تم لوگوں کو مڑا چکھا دوں گا۔ تم کہیں کے نہ رہو گے۔

جواب: آپ کو درپیش مسئلے کے کئی پہلو ہیں۔ یہ مسئلہ صرف جوائنٹ فیملی سسٹم کی وجہ سے نہیں ہوا ہے، اس مسئلہ میں آپ کے شوہر کی جانب سے کام

میں بھرپور دلچسپی نہ لینا، بزنس کے حوالے سے عدم فعالیت، والد صاحب پر مالی لحاظ سے بہت زیادہ انحصار جیسی وجوہات بھی اہم ہیں۔

اس مسئلے کی وجوہات میں آپ کے سر صاحب میں حد درجہ بڑھی ہوئی اتانیت، تکبر اور خوشامد پسندی کے جذبات بھی شامل ہیں۔

بڑھاپا اپنے ساتھ کئی عارضے اور کئی نفسیاتی مسائل بھی لے کر آتا ہے۔ بعض بوڑھے لوگوں میں خاص طور پر بوڑھے مردوں میں دو چیزوں کی چھب بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے۔ ایک مزید لمبی عمر کی تمنا، دوسرے دولت کی ہوس....

دولت کی ہوس آدمی کو لوگوں کے ساتھ زیادتی پر بھی ابھارتی ہے۔ لالچی آدمی کی ایک خاصیت یہ ہے کہ وہ تکمیل بھی ہوتا ہے۔ دولت کی ہوس میں آدمی ان لوگوں کو پسند کرتا ہے جو اس کے لیے پیسے کی فراہمی کا ذریعہ بنے رہیں اور ان لوگوں کو پسند کرتا ہے جو اس سے پیسوں کے طالب ہوتے ہیں۔ دوسری طرف خوشامد پرستی کے جذبے کی تکمیل کے لیے وہ اپنے خوشامد لوگوں پر پیسے لٹاتا بھی ہے۔ اس طرح خوشامد پرستی اور دولت کی ہوس آدمی کو ایک عجیب متضاد کیفیات میں مبتلا کر دیتی ہیں۔

آپ کے سر پر اللہ رحم فرمائے۔ عمر کے اس حصے میں انہیں دنیا کی چمک اور دولت کی ہوس کے بجائے آخرت کی فکر نصیب ہو جائے۔ ایک مرتبہ آخرت کی فکر نے ان کی دل میں جڑ پکڑ لی تو وہ کئی نفسیاتی عارضوں سے محفوظ ہو جائیں گے پھر وہ انصاف کی بات کریں اور خود پر ظلم کرنے سے بھی باز رہیں گے۔

بظور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکائیس مرتبہ سورۃ بقرہ کی آیت 256

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



لَا الْكِرَاهَةَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ  
الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ  
فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لَا انْهْصَامَ  
لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والد کا  
تصور کر کے دم کر دیں اور ان کی طرز فکر و عمل میں  
مثبت تبدیلی کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز  
تک جاری رکھیں۔

پڑوسی تنگ کر رہے ہیں

☆☆☆

سوال: دس سال پہلے میرے شوہر نے ایک  
قلیت خریدی تھی۔ اس وقت اس بلڈنگ میں چند قلیت آباد  
تھے۔ ہم اپنی زمین بیٹیوں کے ساتھ وہاں شفٹ  
ہو گئے۔ پانچ سال میں تمام قلیت آباد ہو گئے۔  
دو سال پہلے میرے شوہر کا انتقال ہو گیا اور زمین  
بیٹیوں کے ساتھ اکیلی رہ گئی۔

اس بلڈنگ کے پڑوسی اچھے تھے۔ ہمارا بہت خیال  
رکھتے تھے۔ پچھلے سال وہ کسی دوسری جگہ شفٹ ہو گئے۔  
اب جو نئے پڑوسی آئے ہیں وہ بہت سی جھگڑا لوگ ہیں  
اور آئے دن ہمیں بہت زیادہ تنگ کرتے ہیں۔ اکثر اپنے  
گھر کا کچرا ہمارے دروازے کے پاس پھینک دیتے ہیں  
دو تین بار سمجھایا بھی ہے لیکن تنگ کرنے سے باز نہیں  
آتے۔ رات کو نل بجا کر بھاگ جاتے ہیں۔ کبھی  
دروازے پر لگا بلب توڑ دیتے ہیں۔ میں نے یونین  
دالوں سے شکایت کی تو ایک دو دن تو خاموشی رہی لیکن  
پھر شرارتیں شروع ہو گئیں۔

ان کے گھر سے اکثر لڑائی جھگڑوں کی آوازیں آتی  
ہیں۔ مرد آپس میں بات سے بات لڑنے مرنے پر تیار

مارچ 2015ء

رہتے ہیں۔ میرا بیٹیوں کا ساتھ ہے۔ میں ڈرتی ہوں۔  
آپ کوئی تکلیف بتائیں کہ یہ ہمیں تنگ کرنا چھوڑ دیں۔  
جواب: قرآن کریم میں پڑوسیوں سے حسن  
سلوک کی تاکید پر جتنی کئی آیات موجود ہیں۔ اچھے  
انسانوں کے لیے اپنے پڑوسی کا خیال، عزت و احترام  
بہت ضروری ہے۔ پڑوسیوں کا خیال رکھنا اللہ اور اللہ  
کے رسول ﷺ کی خوشنودی کا ذریعہ بھی ہے۔

ایک مرتبہ رسول کریم ﷺ نے فرمایا "وہ  
مفلس مومن نہیں جس کی ایذا رسانی سے اس کا پڑوسی  
محفوظ نہیں۔" (مسلم)

مومن بندہ کسی کے لئے بھی ایذا رسانی کا سبب  
نہیں بننا بلکہ وہ لوگوں کے لئے خیر کا ذریعہ بننا ہے یقیناً یہ  
بندہ مومن کی شان نہیں کہ اس کی ذات سے کسی کو  
تکلیف پہنچے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کے پڑوسیوں کو  
ہدایت عطا ہو۔

آپ بطور وظیفہ رات سوئے سے پہلے سو مرتبہ  
سورہ الصَّف (61) کی آیت نمبر 13

نَضْرُوقُ مِنَ اللَّهِ وَفُتِحَ قَرِيبٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر برے  
پڑوسیوں کے شر سے محفوظ رہنے اور حالات کی بہتری  
کی دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اللہ تعالیٰ کے  
اسما یا مومن یا عزیز کا ورد کیا کریں۔

شرارتی بیمنہ

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر آٹھ سال ہے۔ یہ

207



بچپن سے ہی شرارتی ہے۔ اس کی طبیعت میں بہت زیادہ بے چینی ہے۔ گھر میں تو ایک منٹ بھی آرام سے نہیں بیٹھتا۔ اکثر اسکول سے شکایتیں آتی رہتی ہے کہ آپ کا جینا لہنی سیٹ پر تک کر نہیں بیٹھتا اور کلاس فیلو کو بھی تک کرتا ہے۔ کسی کی پٹیل چھین لیتا ہے تو کسی کی کاپی چھپا دیتا ہے۔

رشتہ داروں کے یہاں جاکر تو ان کے بچوں کو مارتا ہے۔ ان سے چیزیں چھین لیتا ہے۔ جس وجہ سے کئی ایک رشتے داروں نے صاف کہہ دیا کہ تم اپنے بیٹے کو ہمارے گھر نہ لایا کرو۔

اب اسکول والوں نے بھی نوٹس بھیج دیا ہے کہ آپ کا بچہ بہت تک کرنے لگا ہے اگر یہ ان حرکتوں سے باز نہ آیا تو اس کا نام اسکول سے خارج کر دیا جائے گا۔

جواب: رات جب چٹا گبری خینڈ میں ہو تو اس کے سر ہانے اتنی آواز سے کہ آنکھ نہ کھلے اکیس مرتبہ سورہ النساء (4) کی آیت 113 میں سے

وَأَنزَلَ اللَّهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ

وَعَلَيْكَ مَا لَمْ تُكُن تَعْلَمُ

وَكَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ عَظِيمًا

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بچے پر دم کروں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ جاری رکھیں۔

لالچی شوہر۔ بے وفا ساتھی

ﷺ

سوال: پانچ سال پہلے میری شادی ان کی پسند اور شدید خواہش پر ہوئی تھی۔ شادی کے لیے انہوں نے ہمارے گھر کے بہت جھک لگائے اور بلاخر میرے گھر والوں نے میری شادی ان کے ساتھ کر دی۔

شادی کے چند ماہ بعد انہوں نے ذہنی طور پر مجھے اتنا

ناراض کیا کہ اب میری زندگی میں خوشی نام کی کوئی چیز نہ رہی۔ شادی سے پہلے محبت کے دعوے جھوٹے نکلے۔

انہیں صرف میری سلبری سے محبت تھی۔ شادی کے بعد انہوں نے ملازمت چھوڑ دی کہ یہ ملازمت میرے میعار کی نہیں ہے لیکن اس کے بعد سے آج تک انہوں نے کوئی ملازمت نہیں کی۔

ہر ماہ میری سلبری نے لیتے ہیں۔ رات بھر کھیل پر انگلش فلمیں دیکھتے ہیں اور سارا دن سونے میں گزار دیتے ہیں۔ اس عرصے میں ہمارے ہاں کوئی اولاد بھی نہیں ہوئی۔

میں اس آس میں رہی کہ انہیں ایک نہ دن میری قدر ہو جائے گی کہ میں نے ان کے لیے کتنا ایثار کیا ہے لیکن میری امیدوں پر اس وقت پانی پھر کیا جب مجھے یہ معلوم ہوا کہ اب وہ کسی اور عورت کے چتر میں ہیں اور اس سے شادی کرنا چاہتے ہیں۔ یہ عورت بدو ہے اور اپنے شوہر کا کاروبار دیکھ رہی ہے۔ اس کے دو چھوٹے بچے ہیں۔ اس کے پاس جائیداد بھی کافی ہے۔

میں اس عورت کے دفتر گئی اور اپنا دکھڑا ستایا تو وہ کہنے لگی کہ میں نے تو شادی کا ارادہ کر لیا ہے۔ دوسری شادی کرنا کوئی جرم تو نہیں ہے۔ ہاں تمہارے شوہر کو تمہارے حقوق ضرور ادا کرنا چاہیے لیکن میں اس سلسلے میں تمہاری کوئی مدد نہیں کر سکتی۔

اس وقت سے میری خینڈنا از چلی ہیں۔ ڈپریشن و پریشانی اتنی بڑھ گئی ہے کہ گم سم رہنے لگی ہوں۔ کچھ سمجھ نہیں آتا کہ میں کیا کروں۔

جواب: رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورہ احزاب (33) کی آیت 43

هُوَ الَّذِي يُصَلِّيْ عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ

مُرْسِلَاتٌ



لِيُخْرِجَكُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ  
وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور دعا کریں کہ انہیں آپ کے حقوق اچھی طرح ادا کرنے کی توفیق ملے۔

عمل کی مدت کم از کم ایک ماہ ہے۔ مانگ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

شام کے وقت پانچ مرتبہ سورہ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں اور شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں۔ یہ عمل اکیس روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے دھوبے دھو کثرت سے اسے البیہ یا وجود یا روف یا رَحِيمہ کا ورد کرتی رہا کریں۔

ڈر اور خوف

☆ ☆ ☆

سوال: میری اہلیہ کی عمر پینتیس سال ہے۔ دو سال پہلے ہمارے محلے کی ایک خاتون کا انتقال ہو گیا۔ دوسری خواتین کے ساتھ میری بیگم بھی ان کے ہاں گئیں۔ اس وقت وہ امید سے تھیں اور پوچھا مہینہ تھا۔ میت کا چہرہ دیکھ کر اچانک ان کی طبیعت خراب ہو گئی۔ مجھے کی کچھ خواتین انہیں ہسپتال لے گئیں اور مجھے اطلاع کر دی۔ ڈاکٹروں نے کچھ دوائیاں لکھ دیں اور میں انہیں گھر لے آیا۔

کچھ دن تو آرام رہا پھر رات بوت ہی اہلیہ پر اچانک گھبراہٹ خاری ہونے لگی۔ میری موجودگی کے باوجود دو ساری رات ڈر کے مارے جاگ کر گزار دیتی ہیں۔

ان کیفیات میں ایک مہینہ گزر گیا اور ایک دن ان کا حمل ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے انہوں نے خود کو

کرے تک محدود کر دیا۔ اندھیرے میں رہنا ان کے لیے محال ہے۔ کرے کی لائٹ آن رکھتی ہے لیکن ڈر و خوف کے باعث سوتی نہیں ہیں۔

دوسہائی میں مختلف ڈاکٹروں کو دکھایا لیکن کوئی خاص افادہ نہیں ہوا۔

ڈاکٹر وکار عظمیٰ صاحب! میری اہلیہ کے لیے کوئی دغیفہ بتائیں کہ اس کا خوف ڈر ختم ہو جائے۔

جواب: اپنی بیگم سے کہیں کہ صبح اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْحَلِيمُ الْكَرِيمُ. سُبْحَانَ اللَّهِ رَبِّ السَّمَوَاتِ السَّبْعِ وَرَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ. الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ عِبَادِكَ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک پانی پانی پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ

اَسْتَغْفِرُكَ اللَّهُ الْعَظِيمُ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ اَنْ تَشْفِيَتَكَ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ صبح شام ایک ایک چمچی شہد پلائیں۔ ماں بسنے کی امید!۔

☆ ☆ ☆

سوال: میری شادی کو چار سال ہو گئے ہیں۔ شادی کے بعد دو مرتبہ اولاد کی امید بندھی تھی لیکن پہلی مرتبہ حمل دو ماہ بعد اور دوسری مرتبہ تیسرے ماہ میں ہی ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے آج تک کوئی امید نہ بندھی۔



ہم نے ڈاکٹر سے رجوع کیا۔ ہم دونوں میاں بیوی کے ٹیسٹ ہوئے۔ شوہر کی رپورٹ تو صحیح آئی۔ میری رپورٹ دیکھ کر ڈاکٹر نے تین ماہ کا کورس کرنے کا کہا لیکن پھر بھی میں امید سے نہ ہو سکی۔

میرے شوہر اولاد نہ ہونے کی وجہ سے بہت فکر مند رہے ہیں۔ کہتے ہیں کہ اولاد نہ ہونے سے گھر سونا سونا سا لگتا ہے۔ میری کزن نے آٹھ سال پہلے آپ سے اولاد نہ ہونے پر علاج کروایا تھا جس سے اسے اولاد ہو گئی تھی۔ اس نے مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا۔ میں بہت امید سے آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ ہوائے کرم اس سلسلے میں میری رہنمائی اور مدد فرمائیں۔ میں ساری عمر آپ کو دعاؤں دوں گی۔

جواب: آپ کراچی میں مقیم ہیں۔ اگر آپ چاہیں تو اپنے مسئلے کے لیے مطلب تشریف لائیں اور لیڈی حکیم صاحبہ سے بالمشافہ ملاقات کر لیں۔ مزید معلومات کے لیے درج ذیل نمبر پر رابطہ کر لیں۔ 021-36688931

رشتہ طے نہیں ہوتا

☆ ☆ ☆ سوال: میری عمر تیس سال ہے لیکن ابھی تک میری شادی نہیں ہوئی۔ جب میں ڈاکٹری کر رہی تھی اس وقت تین چار رشتے آئے تو والدین نے یہ کہہ کر منع کر دیا کہ بچی ابھی پڑھ رہی ہے۔ اب ڈاکٹر بن گئی ہوں اور میرا ذاتی ٹیکہ بھی ہے جو ماشاء اللہ اچھا چل رہا ہے۔

والد صاحبہ نے رشتہ کے لیے کس کس سے کہہ رکھا ہے لیکن کہیں کوئی بات نہیں بنی۔ لوگ آتے ہیں اور دیکھ کر چلے جاتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو کہنا ہے کہ تمہارا رشتہ بندھا ہوا ہے۔ جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک سوا ایک مرتبہ سورہ بقرہ (2) کی آیت نمبر 163

وَاللّٰهُمَّ اِلٰهَ وَّاحِدٌ

لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ ○

تیار: گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شادی میں درخشاں رکاوٹوں سے نجات اور بہتر جہ رشتہ طے ہونے کے لیے دعا کریں۔ اس عمل کی مدت کم از کم چالیس روز ہے۔ رہ جانے والے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

عصر و مغرب کے درمیان پانچ مرتبہ سورہ فتح پانچ مرتبہ سورہ انفاس اور تین مرتبہ سورہ کوثر پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز یا زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔

ناپاکی کا وہم

☆ ☆ ☆

سوال: میری شادی کو بیس سال ہو گئے ہیں۔ میرے دو بیٹے ہیں۔ بڑا بیٹا پندرہ سال کا اور چھوٹا بیٹا تیار دو سال کا ہے۔ بیٹی نہیں ہے۔ مجھے گزشتہ چار سال سے یہ وہم ہو گیا ہے کہ میرے ہاتھ ناپاک ہیں۔ شروع شروع میں تو یہ خیال دن میں چار پانچ بار آتا تھا اور میں خوب اچھی طرح ہاتھ دھو لیتی تھی۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ میرا وہم بڑھتا گیا اور مجھے مستقل یہ خیال رہنے لگا کہ میرے ہاتھ ناپاک ہیں۔

وہم کی شدت اتنی ہو گئی کہ میں کسی بھی چیز کو ہاتھ نہیں لگا سکتی کہ میرے ہاتھ لگانے سے گھر کی کوئی چیز

بیماری کا شکار نہ ہو



تاپا کتہ ہو جائے۔

کس توہنا چلا کہ ان کے پار نر ز جھوٹ بول رہے ہیں۔  
شوہر نے دوبارہ اپنے پار نر ز سے بات کی تو وہ لڑنے  
لگے۔ ایک پار نر نے یہاں تک کہہ دیا کہ اگر تم اپنا پیسہ  
واپس لینا چاہتے ہو تو ہم قسطوں میں تمہیں واپس کر دیں  
گے اور اس دوران تمہیں کوئی منافع نہیں دیا جائے گا۔

میرے شوہر پار نر کی یہ بات سن کر بہت پریشان  
ہو گئے۔ انہیں ڈر ہے کہ کہیں پار نر ز ان کا پیسہ غصب  
نہ کر لیں۔ ہماری سمجھ میں کچھ نہیں آ رہا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد یارات مومن سے  
قل اےس مرتبہ سورہ حم السجدہ (41) کی آیت 30  
اِنَّ الَّذِيْنَ قَالُوْا رَبُّنَا اللّٰهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوْا  
تَكُنْزِلْ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ اَلَّا يَخَافُوْا وَلَا تَحْزَنُوْا  
وَابَشِّرُوْا بِالْجَنَّةِ اَنِّىْ كُنْتُمُ تَوَّعَدُوْنَ  
تیار کیا اور بار و بار سورہ شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں  
کہ معاشی معاملات میں اللہ تعالیٰ کی مدد اور حفاظت  
ہمیشہ آپ کے ساتھ رہے۔ یہ عمل آتم از تم چالیس روز  
تک جاری رکھیں۔

وضو بے وضو کثرت سے یا وکیل یا عزیز کا  
دورہ کریں۔ حسب استطاعت مدد کر دیں۔  
بر جمعرات کے دن آتم از تم اےس روپے خیرات  
نذر دیا کریں۔

### ذاکتر بننے کا خواب

☆☆☆

سوال: میں میڈیکل کے تھرڈ ایئر میں ہوں۔ پہلے  
دو سال تک تو میں نے ہر سمسٹر میں کاسمیٹری حاصل کر لی  
تھی لیکن تیسرے سال دو ہیپرز میں ٹپل ہو گئی ہوں۔  
میں جب بھی ہسپتال لے کر منتقلی ہوں تو سر بھاری  
ہو جاتا ہے۔ مختلف قسم کے فضول خیالات آنے سے

شوہر نے تین چار ڈاکٹروں سے میرا علاج بھی کروایا  
لیکن کوئی خاص فرق نہیں پڑا۔ میں چار سالوں سے سکون  
کو ترس گئی ہوں۔ لوگوں سے ملنے سے کتر لے لگی  
ہوں۔ میرے وہم سے میرا گھر متاثر ہو رہا ہے۔

برائے کرم کوئی وظیفہ بتائیں کہ میرے ذہن سے  
پاک کا وہم ہمیشہ کے لیے نکل جائے۔

جواب: صبح اور شام کے وقت اےس اےس مرتبہ  
لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْعَظِيْمُ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ الْعَرْشِ  
الْعَظِيْمِ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ  
رَبُّ الْمَعٰوِیْشِ الْکَرِيْمِ

تین تین مرتبہ روزہ شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک میل  
اسیون شہر پر دم کر کے پیس اور پتہ اوپر بھی دم کر دیں۔  
یہ عمل آتم از تم دو ماہ تک جاری رکھیں۔

### پار نر کی نیت بدل گئی

سوال: میرے شوہر تین سال قبل ایست میں  
رہنے کے بعد تین سال پہلے پاکستان آئے۔ یہاں اپنا  
کاروبار کرنے کے لیے رشتے داروں اور دوستوں سے  
مشورے سے بعد چند دوستوں کے ساتھ کاروبار مینش کے  
کاروبار میں پار نر شپ کا فیصلہ کیا۔

دو سال تک تو کاروباری معاملات صحیح چلتے رہے  
اور کاروبار بھی وسیع ہو گیا۔ اس کے بعد سے میرے  
شوہر کے پار نر نے شوہر کو مختلف جیسے بہانوں سے  
تک کرنا شروع کر دیا کہ کاروبار میں نقصان ہو رہا ہے  
لہذا اب تمہیں منافع تم ملے گا۔

شوہر کو اپنے دوست کی نیت پر شک ہو گیا اور انہوں  
نے کمپنی کے سینئر اکاؤنٹنٹ کو اعتماد میں لے کر معلومات

مارچ 2015ء



ذہن الجھ جاتا ہے۔ اگر کوشش کر کے زبردستی کچھ پڑھ بھی لیتی ہوں تو شدید ذہنی حصن ہو جاتی ہے۔  
اب لہٹی حالت دیکھ کر ڈرتی ہوں کہ کہیں ڈاکٹر بننے کا خواب ادھر اُدھر بندہ جائے۔

جواب: صبح کے وقت اکیس مرتبہ سورہ قمر 54

کی آیت 17

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ

فَهَلْ مِنْ مُدْكِرٍ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر دم بھی کر لیں۔ اس کے بعد پڑھائی میں دل لگنے اور امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی کی دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔  
شام کے وقت ایک چمچی شہد پر اکیس مرتبہ اسم الہی یا عَلَیْہِمْ یَا حَفِیْظُ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر کے پیئیں۔

یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

مکان میں اثرات

☆☆☆

سوال: تین ماہ پہلے ہم اپنے نئے مکان میں شفٹ ہوئے تھے۔ ایک ماہ بعد ہمارے گھر میں خون کے تازہ چھینے فرش پر اور بیڈروم کی دیواروں پر پڑے ہوئے ملے۔ میں نے ملازمہ سے صاف کروا دیئے۔ اس کے بعد سے ہمیں اس مکان میں عجیب سی وحشت اور گھبراہٹ ہونے لگی۔ پہلے ایک بچے کی طبیعت خراب ہوئی۔ اس کے بعد دوسرے بیٹے کی طبیعت اچانک اتنی خراب ہو گئی کہ اسے ہسپتالز کرنا پڑا۔ من دونوں بیٹوں کا علاج چل رہا ہے۔

میں جب بھی بیڈروم میں جاتی ہوں مجھے بدبو کے احساں کے ساتھ اپنا سانس بھی رکتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

رات کو سوتی ہوں تو مجھے ایسا لگتا ہے کہ کوئی میرے چہرے کے پاس آکر سانس لے رہا ہے۔ آنکھ کھولتی ہوں تو کچھ نظر نہیں آتا۔ اب ایک ماہ سے بیڈروم میں رات کے وقت کسی کے چلنے کی آوازیں سنائی دیتی ہیں اور اکثر موتے میں کوئی میرے چہرے کے انگوٹھے کھینچتا ہے۔ گردن اور ہاتھوں پر ہار ہار یک سرخ نشان بھی پڑنے لگے ہیں۔

میرے شوہر نے دو تین لوگوں کو گھر دکھایا۔ وہ کہتے ہیں کہ یہ مکان بھاری ہے۔ ایک صاحب نے عمل بھی کیا لیکن جب کچھ تہہ پلٹا نہ آئی تو انہوں نے مشورہ دیا کہ آپ کسی روحانی بزرگ سے رابطہ کریں۔

میری خالہ آپ کا رسالہ کئی سالوں سے بہت شوق سے پڑھ رہی ہیں۔ انہوں نے میرے حالات سن کر مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا ہے۔

جواب: قرآن پاک کی سورۃ الزلزلا (99) ایک سفید کاغذ پر سیاہ روشنائی سے لکھوا کر یا پرنٹ نکھوا کر فریم کر دالیں یا پلاسٹک کوٹنگ کروالیں اور اسے مکان کے دروازے کی دیوار پر کسی بلند جگہ پر آویزاں کر دیں۔ یہ فریم ایسی جگہ آویزاں کیا جائے جہاں آئے جاتے اس پر نظر پڑتی رہے۔

عصر مغرب کے درمیان نسبتاً بلند آواز کے ساتھ مکان کے صحن یا بڑے کمرے میں گھڑے ہو کر اذان دی جائے۔ مکان میں کم از کم گیارہ دن تک ایک وقت مقرر روپرو پابندی کے ساتھ لوہان کی دھونی دی جائے۔ رات کے وقت گھر میں اندھیرا نہ کیا جائے۔ ایک یا زیادہ صبح روشن رکھے جائیں۔

اہل خانہ کے لیے نمک کا استعمال کم کر دیں اور ایک ایک چمچی شہد صبح شام پیئیں۔

مکان کا شفٹ



☆☆☆

سوال: میری عمر پچیس سال ہے۔ میں غیر شادی شدہ ہوں۔ دو سال سے ایک آفس میں جاب کر رہی ہوں۔ گزشتہ ایک سال سے میرا وزن بڑھ رہا ہے۔ پیٹ بہت زیادہ باہر نکل آیا ہے۔ میں نے موٹاپا کم کرنے کے لیے کئی نوٹے بھی استعمال کئے لیکن وقتی فائدہ ہوتا ہے۔

اس سال میری شادی طے ہے۔ میں اپنے موٹاپے کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔

جواب: وزن کم کرنے کے لیے آپ عظیمی لیبارریز کی تیار کردہ برٹل میٹین مہرلین کا استعمال کر سکتی ہیں۔ صبح نہار منہ اور شام کے وقت دو گولی مہرلین پانی کے ساتھ لیں۔

اس کے ساتھ ساتھ کھانوں میں شکر، مٹھائیاں، سوڈا، ڈکنس، آئس کریم وغیرہ نہ لیں۔ کھانے پھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں۔

برٹل میٹین مہرلین کی ہوم ڈیلیوری کے لیے درج ذیل فون نمبر پر آڈر بک کروایا جاسکتا ہے۔

021-36604127

## ذمہ داریاں اور لگن

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر آئیس سال ہے۔ میٹرک کے بعد اس نے پڑھنا چھوڑ دیا۔ کوئی ہنر وغیرہ بھی نہ سیکھا۔ زیادہ تر گھر پر وقت گزارتا رہا۔ بڑی مشکل سے چھ ماہ پسینے اسے ایک جگہ ملازمت دلائی، وہاں تین ماہ تک کام کیا لیکن پھر کام چھوڑ کر گھر بیٹھ گیا۔

اگر میں کچھ کہوں تو مجھ سے الجھ پڑتا ہے اور ناراض

جواب: جن لوگوں کے سامنے چھوٹے یا بڑے مقاصد نہ ہوں وہ حصول تعلیم کو لا حاصل محنت اور عملی زندگی کی مشقتوں کو بوجھ سمجھنے لگتے ہیں۔ ایسے لوگ ذمہ داریوں سے فرار چاہتے ہیں۔ فرار کی ان کوششوں میں کچھ لوگ اپنے جیسے فارغ لوگوں کی صحبت اختیار کر کے وقت برباد کرتے ہیں۔ کچھ لوگ دفعہ وقتی کے لئے کوئی شوق پالی لیتے ہیں یا کسی لت میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

اس طرح کے لوگوں کی اصلاح کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ان میں کسی نہ کسی مقصد سے تگن پیدا کی جائے لیکن یہ خیال رکھنا ضروری ہے کہ خود ان کا اپنا شوق بھی اس مقصد سے ہم آہنگ ہو۔ اس مقصد کے حصول کے لئے ان کی مسلسل حوصلہ افزائی کی جائے۔ بطور روحانی علاج رات سونے سے قبل اکتالیس

مرتبہ سورہ الحکمت (29) کی آیت 7

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَهَلُمُوا الصَّالِحِينَ فَانْتَفَعُوا

عَنْهُمْ سَبَّحْتُمُ اللَّهَ وَلَنَنْحُزِيَنَّهُمْ

أَحْسَنَ الَّذِي كَانُوا يَعْمَلُونَ ○

میارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں۔ اس کے مزاج کی اصلاح اور اس میں ذمہ داریوں کے احساس کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک یا پھر تو سہ روز تک جاری رکھیں۔

.....مختصر مختصر.....

## کشش و جاذبیت

قادر۔ مہربان۔ جوریہ۔ وحید۔ عارف۔ راحت

جواب: رات سونے سے پہلے دو انجیر دودھ میں لٹا لیں کر کھا لیں اور دودھ پی لیں۔ کھانوں میں چند ہفتوں تک بیروں سے تیسرے دن میٹھی کے ساگ کا استعمال کیجئے۔



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بُک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ ہر ای بُک کا ڈائریکٹ اور ریزیوم ایبل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بُک کا پرنٹ پریویو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✧ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریخ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✧ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریخ
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو ایسے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](https://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](https://twitter.com/paksociety1)



پانی دو پہر اور رات کھانے سے قبل ایک ایک پیالی پئیں۔  
دو تین ماہ تک زیادہ چکنائی دلی اور دیر ہضم غذا میں نہ لیں۔  
**بھوک نہیں لگتی**

ثالثہ۔ نسیم۔ مریم۔

جواب: بیٹی یا بچے کو جب بھی دودھ پلائیں یا کچھ  
کھانے کو دیں، گیارہ مرتبہ اسم الہی یا ذکر جینٹ پڑھ کر  
کھانے پینے کی چیز پر دم کر دیں۔

نظر سے حفاظت کے لیے رات سونے سے پہلے  
سات مرتبہ سورہ کوثر تین تین مرتبہ درود شریف کے  
ساتھ پڑھ کر دم کر دیا کریں۔

یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

حسب استطاعت کچھ صدقہ بھی کر دیں۔

زائد بال

قاریہ۔ نسیم۔ شاہدہ۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ

مَا يَقُولُونَ مَا لَا يَفْعَلُونَ

تیار دیا گیارہ مرتبہ درود شریف سے ساتھ پڑھیں  
اور دونوں ہاتھوں پر دم کر کے چہرے پر پھیر لیں۔ یہ  
عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔



چہرے میں کشش کے لیے بطور روحانی علاج فجر کی نماز  
کے بعد سورہ یوسف کا پہلا رکوع پڑھ کر ہاتھوں پر دم  
کر کے ہاتھ دعا کی طرح چہرے پر پھیر لیں۔

**بہن بھائی لڑتے ہیں**

نفیسہ۔ ثریا۔ عبدالغفار۔ کھیل۔

جواب: جب آپ کے بچے گہری نیند سو رہے ہوں  
تو اتالیس مرتبہ سورہ شوریٰ (42) کی آیت نمبر 28

وَهُوَ الَّذِي يُنْزِلُ الْغَيْثَ مِنْ بَعْدِ مَا قَنَطُوا  
وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهُ ۖ وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيدُ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم  
کر دیا کریں اور انہیں ہاں ہم محبت سے رہنے کی تلقین کرنے  
کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

**پتے میں پتھری**

ناک۔ قمر النساء۔ شہزادہ۔ زمرہ

جواب: ڈاکٹر کی ہدایت پر عمل کریں۔ جب تک  
آپہیشن نہ ہو روزانہ صبح نہار منہ ایک بڑا سیب کھائیں  
اور رات کو سوتے وقت زیچون کا تیل ایک تہچہ پئیں۔

جب بھی پانی پئیں سات مرتبہ اسمائے الہیہ

الملك القدوس الرحمن الرحيم

پڑھ کر دم کر کے پئیں۔

**باضحہ خراب رہتا ہے**

قاریہ۔ خوشاب۔ قمر النساء

جواب: ایک چمٹاک سونف کو گرائینڈ کر کے  
سونف بنا لیں۔ یہ سونف 3 گرام لیکر اس میں 12 گرام  
گل قدمیں ملا لیں۔ یہ مرکب دو پہر و رات کھانے سے  
پہلے استعمال کریں۔

اس کے علاوہ ہنر شعاعوں میں تیار کردہ پانی ایک  
ایک پیالی صبح نہار منہ اور شام ہنر شعاعوں میں تیار کردہ

**روحانی فون سروس**

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی

روحانی فون سروس

کراچی 021-36685469, 021-36688931

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

شبکات